

ภาพปกโดย

นายเอกชาติ พิบูลนครินทร์

สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดราชบุรี (แห่งที่ ๑) โดยมติมหาเถรสมาคม
โรงเรียนปริยัติธรรมแผนกบาลีประจำจังหวัดราชบุรี (แห่งที่ ๒)
วัดหลวงพ่อสดธรรมกายาราม อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี ๗๐๑๓๐
โทร. ๐-๓๒๒๔-๖๐๙๐-๖ (ต่อ ๒๒๐) โทรสาร ๐-๓๒๒๔-๖๐๙๙ www.dhammakaya.org

ที่ ๔๕/๒๕๔๕

วันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๔๕

เรื่อง อนุญาตให้นำบทความในหนังสือ "หลักการครองตน – ครองคน – ครองงาน – ครองเรือน" จัดพิมพ์ได้

เจริญพร พล.ท.อรชุน พิบูลนครินทร์

อ้างถึง หนังสือของท่าน เรื่องขออนุญาตนำบทความไปตีพิมพ์ ลงวันที่ ๓ มิถุนายน ๒๕๔๕

ตามหนังสือที่อ้างถึง ท่านขออนุญาตนำบทความในหนังสือ "หลักการครองตน – ครองคน – ครองงาน – ครองเรือน" จัดพิมพ์จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม เพื่อเป็นที่ระลึกสำหรับผู้ที่มาร่วมงานฉลองมงคลสมรสพระราชทานนายภรดิษฐ์ พิบูลนครินทร์ บุตรชาย กับ น.ส.พรทิพย์ ไกรศักดาวัฒน์ ในวันที่ ๑๖ กรกฎาคม ศกนี้นั้น อาตมภาพยินดีอนุญาตให้จัดพิมพ์เพื่อวัตถุประสงค์ดังกล่าวได้

จึงเจริญพรมาเพื่อทราบและขออำนวยพรให้คู่บ่าว – สาว จงมีความสันติสุขและเจริญรุ่งเรืองในชีวิตยิ่งๆขึ้นไป

เจริญพร

(พระราชญาณวิสิฐ)

เจ้าอาวาส วัดหลวงพ่อสดธรรมกายาราม

กองงานเลขา ฯ พระราชญาณวิสิฐ

โทร.๐๑-๓๕๗-๖๓๖๙ (พระมหาชัยนิพจน์), โทรสาร ๐๓๒-๒๔๖-๐๕๕

คำนำ

พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงธรรมสำหรับฆารวาสผู้ครองเรือนและข้อควรปฏิบัติระหว่างสามี - ภรรยาไว้เป็นเครื่องนำพาจิตใจและความประพฤติของผู้ครองเรือนให้สามารถผ่านพ้นอุปสรรคและเหตุแห่งความทุกข์ในรูปแบบต่าง ๆ และสามารถมีความสุขความเจริญ ตามฐานะและอัตภาพของตน

หลักธรรมดังกล่าว ได้แก่

๑. **ฆารวาสธรรม** ประกอบด้วย **สัจจะ** (ความจริงใจ ซื่อสัตย์ต่อกัน และรวมถึงความจริงใจต่อหน้าที่ การงาน วาจา และความดี) **ทมะ** (ความอดกลั้นการข่มจิตใจ ข่มอารมณ์) **ขันติ**(ความอดทนต่อความยากลำบาก อุปสรรคต่างๆ และการเอาชนะอัตตา)และ**จาคะ** (ความเสียสละ การแบ่งปัน)

๒. ธรรมว่าด้วยทิศ ๖

๓. การปรับตัวด้วยคุณธรรม ๔ ประการ ประกอบด้วย **สมสัทธา** (การมีความเชื่อเหมือนกัน) **สมสีลา** (การมีศีลเสมอกัน) **สมจาคา** (การเสียสละไม่เห็นแก่ตัวเสมอกัน) และ**สมปัญญา** (การมีปัญญา

และเหตุผลเสมอกัน)

ในโอกาสที่จะเริ่มต้นดำเนินชีวิตครอบครัว เราทั้งสองตั้งใจจัดพิมพ์หลักธรรมเกี่ยวกับการครองเรือน เพื่อถวายเป็นพุทธบูชาและเป็นธรรมบรรณาการแทนคำขอบพระคุณแก่แขกผู้มีเกียรติที่มาร่วมงานมงคลสมรสพระราชทานของเราทั้งสองและนับเป็นบุญที่ได้รับความเมตตาจาก **พระราชญาณวิสิฐเจ้าอาวาส วัดหลวงพ่อสดธรรมกายาราม ราชบุรี** อนุญาตให้นำบทปาฐกถาธรรมของท่านมาจัดพิมพ์ในครั้งนี้และ **พระมหาปิยะ ฐิติปิโย วัดสระเกศ** ช่วยกรุณาประสานงานและขอขอบพระคุณ **คุณธงชัย ปิตุวงศ์แห่ง หจก.ฮอลลีวู้ดการพิมพ์** ที่ทำให้ความตั้งใจนี้เกิดขึ้นได้

สุดท้ายนี้ขออาราธนาคุณพระธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจงปกปักรักษาทุกท่านและครอบครัวให้พ้นภัยพ้นมารทั้งปวงและขออนุโมทนาในกุศลที่บังเกิดจากหนังสือเล่มนี้

พรทิพย์ ไกรศักดาวัฒน์ - ภรศิษฐ์ พิบูลนครินทร์
๑๔ กรกฎาคม ๒๕๔๙

รวมปาฐกถาธรรม

เรื่อง **หลักการครองตน หลักการครองคน**

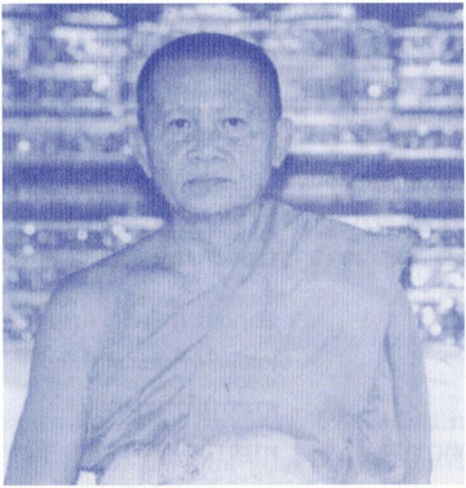
หลักการครองงาน หลักการครองเรือน

โดย **พระราชญาณวิสิฐ (เสริมชัย ชยมงฺคโล ป.ธ.๖)**

เจ้าสำนักปฏิบัติธรรมจังหวัดราชบุรี

เจ้าอาวาสวัดหลวงพ่อสดธรรมกายาราม

อ.ดำเนินสะดวก จ.ราชบุรี



ประวัติสังเขป
พระราชญาณวิสิฐ
(เสริมชัย ชยมงฺคโล ป.ธ.๖)

ชื่อ ฉายา	พระราชญาณวิสิฐ (เสริมชัย ชยมงฺคโล)
นามสกุล	พลพัฒนาฤทธิ์
วันเดือนปีเกิด	วันพฤหัสบดีที่ ๖ มีนาคม พ.ศ. ๒๔๗๒
ชาติภูมิเดิม	ที่อำเภอนางรอง จังหวัดบุรีรัมย์

อุปสมบท ๖ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๒๙

ณ พัทธสีมา วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ

พระอุปัชฌาย์ **สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์**
(ฟื้น ชุตินฺธรมหาเถร ป.ธ.๙)
วัดสามพระยา กรุงเทพฯ

พระกรรมวาจาจารย์ **สมเด็จพระพุฒาจารย์**
(เกี่ยว อุปเสณมหาเถร
ป.ธ.๙) วัดสระเกศ
ราชวรมหาวิหาร
กรุงเทพฯ
ในสมัยที่ดำรงสมณศักดิ์
เป็นที่ พระพรหมคุณา-
ภรณ์

พระอนุสาวนาจารย์ **สมเด็จพระมหารัชมัง-**
คลาจารย์
(ช่วง วรปุญฺญมหาเถร
ป.ธ.๙) วัดปากน้ำ
ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ
ในสมัยที่ดำรงสมณศักดิ์
เป็นที่ พระธรรมธีรราช-

	มหามุนี
พระวิปัสสนาจารย์	พระภาวนาโกศลเถร (วีระ คณุตฺตโม) รองเจ้าอาวาสและอาจารย์ใหญ่ ฝ่ายวิปัสสนาธุระ วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ
วุฒิการศึกษาภาคปริยัติ	ป.ธ.๖, น.ธ.เอก
เป็นพระอุปัชฌาย์สามัญ	วันที่ ๓๑ มกราคม ๒๕๓๙
เป็นพระราชคณะชั้นสามัญ (วิปัสสนา เปรียญ) ที่ พระภาวนาวิสุทธิคุณ	วันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๔๑
สังกัด วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ	พรรษา๑-๕ (พ.ศ.๒๕๒๙-๒๕๓๓)
วัดหลวงพ่อสดฯ	พรรษา๖ (พ.ศ. ๒๕๓๔ ถึงปัจจุบัน)

ประวัติก่อนบรรพชาอุปสมบท

วุฒิการศึกษา รัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต (เกียรตินิยม) มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ประกาศนียบัตรการศึกษาอบรม **"วิชาวิจัยทางสังคมศาสตร์"** จาก Institute of Social Research, The University of Michigan, Ann Arbor สหรัฐอเมริกา

ประกาศนียบัตรการศึกษาอบรมหลักสูตรการจัดการคอมพิวเตอร์ และระบบข่าวสารด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ จากสำนักแถลงข่าวสหรัฐ (U.S.I.A) วอชิงตัน ดีซี ประเทศสหรัฐอเมริกา

หน้าที่การงานประจำ เป็นพนักงานประจำสำนักข่าวสารอเมริกัน กรุงเทพฯ ในตำแหน่ง Research Specialist

ผู้บรรยายพิเศษ สาขา **"วิชาระเบียบวิธีการวิจัยและประเมินผล"** แก่นักศึกษาชั้นปริญญาโท สาขาวารสารศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ฯลฯ

ลาออกจากสำนักข่าวสารอเมริกันก่อนถึง

เวลาเกษียณอายุ ๓ ปี คือเมื่อมีอายุ ๕๗ ปี เพื่อบรรพชาอุปสมบทปฏิบัติพระศาสนา ปัจจุบันเป็นพนักงานบำนาญของรัฐบาลสหรัฐอเมริกา

วัดหลวงพ่อสดธรรมกายาราม

สำนักปฏิบัติธรรม ประจำจังหวัดราชบุรี (แห่งที่๑)
โรงเรียนปริยัติธรรมแผนกบาลีประจำจังหวัดราชบุรี (แห่งที่๒)
โดยมติมหาเถรสมาคม
อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี ๗๐๑๓๐
โทร. ๐-๓๒๒๔-๖๐๙๐-๖ (กด) ต่อ ๒๒๐
โทรสาร. ๐-๓๒๒๔-๖๐๙๙
www.dhammakaya.org (ไทย) - www.concentration.org (Eng)

หลักการครองตน

ณ ที่นี้หมายถึง **การสำรวมระวังรักษาตนให้ดำรงอยู่แต่ในคุณความดี** เพื่อให้การดำเนินชีวิตของตนไปในทางที่ดีที่ชอบ กอปรด้วยสาระประโยชน์เพื่อให้ถึงความสำเร็จ ความเจริญรุ่งเรืองและสันติสุขแห่งชีวิตยิ่งๆ ขึ้นไป (และถ้าจะกล่าวถึงเป้าหมายชีวิตสูงสุด ก็คือมรรค ผล นิพพาน ที่สิ้นสุดแห่งทุกข์ทั้งปวง และเป็นบรมสุขอย่างถาวร) **มิให้ตกไปในที่ชั่ว คือมิให้เป็นไปในทางที่ไม่ดีไม่ชอบและที่ไม่ประกอบด้วยสาระประโยชน์** อันจะเป็นเหตุให้ถึงความเสื่อม หรือถึงความล้มเหลวแห่งชีวิต และจะเป็นเหตุให้เป็นโทษ เป็นความทุกข์เดือดร้อนในภายหลังได้

การสำรวมระวังตน นี้ก็หมายถึง **การสำรวมระวังความประพฤติตน ทางกาย ทางวาจา และทางใจ คือ เจตนาความคิดอ่านของตน ให้เป็นไปแต่ในทางที่ดีที่ชอบตามทำนองคลองธรรม** และ **กฎหมายของบ้านเมือง** รวม

(ออกอากาศทางสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย กรมประชาสัมพันธ์ เมื่อวันอาทิตย์ที่ ๒๐ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๓)

ทั้งตามกฎระเบียบข้อบังคับต่าง ๆ ที่ออกหรือตราขึ้นไว้ ตามทำนองคลองธรรมหรือตามกฎหมาย ให้**เหมาะสมกับกาลสมัยสถานการณ์แวดล้อมกับบุคคลและสถานที่ ๑ และเป็นความประพฤติปฏิบัติที่มีสาระประโยชน์ไม่เป็นเรื่องเหลวไหลไร้สาระ ๑**

กล่าวโดยสรุป การครองตนก็คือ การตั้งกาย ตั้งวาจา และตั้งใจของตนไว้โดยชอบ ตรงตามพระพุทธดำรัสตรัสเรื่องมงคล ในมงคลสูตรพระคาถาที่ ๒ ว่า

ปฏิรูปเทสวาโส จ ปุพฺเพ จ กตปุญฺญตา
อตฺตสมฺมาปณิธิ จ เอตมฺมงฺคลมุตฺตมนฺติ

แปลความว่า : **การอยู่ในประเทศที่สมควร ๑ การมีบุญอันได้กระทำไว้ในปางก่อน ๑ การตั้งตนไว้ชอบ ๑ สามประการนี้เป็นมงคลอันสูงสุด คือเป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความเจริญสูงสุด (ในชีวิต).**

หลักการครองตน คือ **หลักธรรมเครื่องรักษาตน** ตามพระสัทธรรมคำสั่งสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็**คือสติสัมปชัญญะ** อันกอปรด้วย

ปัญญาอันเห็นชอบ ๑ หิริโอตตัปปะ ๑ ศีลสังวร๑ และ**อินทรีย์สังวร ๑** เป็นต้น

คำวา **"สติ"** หมายความถึง **ความระลึกได้** หรือ**การรู้จักยับยั้งชั่งใจ พิจารณาเห็นด้วยปัญญาก่อนที่จะพูดหรือกระทำการใด ๆ** ว่า **นี้เป็นความดีหรือความชั่ว เป็นบุญหรือบาป เป็นคุณหรือโทษ** หรืออีกนัยหนึ่งว่า **เป็นทางเจริญแห่งชีวิตที่ควรดำเนิน** หรือว่า **เป็นทางเสื่อมแห่งชีวิตที่ไม่ควรดำเนินตามที่เป็นจริง**

แต่ถ้าเผลอสติ คิดผิด พูดผิด หรือกระทำการใดผิดพลาดไปก็กลับรู้สึกตัว รู้เท่าทันความคิด คำพูด หรือการกระทำที่ผิดพลาดไปแล้วก็รีบกลับตัวกลับใจ คิด-พูด และกระทำให้ดี ให้ถูกต้องตามทำนองคลองธรรมใหม่ ความรู้สึกตัว ความรู้เท่าทันความคิด การพูด และ/หรือ การกระทำของตนที่ผิดพลาดไป เช่นนี้ ชื่อว่า **"สัมปชัญญะ"** คำว่า "สัมปชัญญะ" **โดยเนื้อความ**และ**โดยหน้าที่ก็คือเป็นคุณเครื่องระงับยับยั้งชั่งใจอย่างเดียวกัน** กับคำว่า **"สติ"** นั่นเอง **ต่างกันแต่โดยพยัญชนะ** เท่านั้น

"สติสัมปชัญญะ" คุณธรรมเครื่องระงับ

ยับยั้งชั่งใจ นี้ ต้องเป็นคุณธรรมที่ควบคู่กับปัญญาอันเห็นชอบ ว่า การกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจ ที่กำลังจะเกิดขึ้น หรือกำลังดำเนินอยู่นั้น เป็นกรรมดีหรือกรรมชั่ว เป็นบุญหรือเป็นบาป เป็นคุณหรือเป็นโทษ เป็นทางเจริญแห่งชีวิตอันควรดำเนิน หรือเป็นทางเสื่อมแห่งชีวิตอันควรงดเว้น ตามที่เป็นจริง

และ (ยิ่งถ้าได้) **ประกอบด้วยคุณธรรมอื่น ๆ** โดยเฉพาะอย่างยิ่ง **"หิริโอตตัปปะ"** คือความละอายและความเกรงกลัวตอบาปอกุศล **"ศีลสังวร"** คือความเป็นผู้มีความสำรวมระวังในความประพฤติปฏิบัติให้อยู่แต่ในศีล และ **"อินทรีย์สังวร"** คือ การรู้จักสำรวมระวัง ตา-หู-จมูก-ลิ้น-กาย และใจ เมื่อมี รูป-เสียง-กลิ่น-รส-สิ่งสัมผัสทางกาย และเรื่องราวที่เกิดขึ้นในใจมากระทบแล้ว ก็ไม่หลงสยบอยู่-ติดอยูในอารมณ์ที่น่ารัก และไม่หลงเคียดแค้นชิงชังในอารมณ์ที่ไม่น่ารัก เหล่านี้เป็นต้น **อีกด้วย ก็จะยิ่งมีอานุภาพสูง ช่วยให้สติสัมปชัญญะทำหน้าที่ระงับยับยั้งชั่งใจมิให้ตกไปในที่ชั่ว ให้ประพฤติปฏิบัติไปแต่ในทางที่ดีที่ชอบ ที่กอปรด้วยสาระประโยชน์ อัน**

เป็นเหตุปัจจัยให้ถึงความสำเร็จให้ถึงความเจริญและสันติสุขแห่งชีวิตได้เป็นอย่างดี

ปัญหาผู้คนไร้ศีลธรรม มีแต่ความเห็นแก่ตัวจัดและมีความเหี้ยมโหดต่าง ๆ อันเป็นปัญหาร้ายแรงที่เกิดขึ้นในสังคมอย่างดาษดื่นอยู่ในทุกวันนี้ อันก่อให้เกิดปัญหาอาชญากรรมต่างๆ เช่น ปัญหาการผลิต การจำหน่าย หรือการค้ายาเสพติด โดยมีผู้มีอำนาจหนุนหลัง และปัญหาการเสพสิ่งเสพติดมึนเมาให้โทษอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทก็ดี ปัญหาการเข่นฆ่าล้างผลาญกันก็ดีปัญหาการคอรัปชั่นหรือการฉ้อราษฎร์บังหลวง ปัญหาการรีดไถ และปัญหาการใช้อำนาจไม่เป็นธรรมของบุคคลผู้มีอำนาจที่หลงอำนาจก็ดี ปัญหาเด็กวัยรุ่นใจแตก ปัญหาความเละเทะสำส่อนในกิเลสกาม และปัญหาการตัดสินใจฆ่าตัวตายอย่างง่ายดาย เพราะความผิดหวังในชีวิตก็ดี เหล่านี้เป็นต้นนั้น **ล้วนแต่เกิดจากการขาดสติสัมป-ชัญญะ** รู้จักยับยั้งชั่งใจพิจารณาปัญหาและหาทางแก้ปัญหาด้วยความสุขุมรอบคอบเหล่านี้ **ล้วนมีมูลเหตุมาจากการขาดคุณธรรมข้อปัญญาอันเห็นชอบ**

ขาดหิริโอตตัปปะ ไม่มีศีลสังวร และไม่มีอินทรีย์สังวร ทั้งสิ้น

เคยมีผู้ถามปัญหากับอาตมาว่าเมื่อสถานการณ์ทางสังคมเป็นอย่างนี้ ทางพระพุทธศาสนามีทางใดจะช่วยอย่างไรได้บ้าง? ข้อนี้ขอเจริญพรว่า **กรรมดี หรือกรรมชั่ว เป็นเรื่องเฉพาะตน ใครทำกรรมดีย่อมได้รับผลดี คือได้รับผลเป็นความเจริญและสันติสุขเอง ส่วนใครทำกรรมชั่วก็ย่อมได้รับผลชั่ว คือได้รับผลเป็นความทุกข์เดือดร้อนเอง** สมดังที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสเรื่องฤๅษีผู้มีศีล ได้กล่าวภาษิตกับท้าวสมพรจอมอสูร *(สํ.ส. ๑๕/๙๐๓/๓๓๓)* ผู้ไร้ศีลธรรมว่า

ยาทิสํ วปเต พีชํ ตาทิสํ ลภเต ผลํ
กลฺยาณการี กลฺยาณํ ปาปการี จ ปาปกํ

แปลความว่า : **บุคคลหว่านพืชเช่นใด ย่อมได้รับผลเช่นนั้น ผู้ทำกรรมดีย่อมได้ผลดี ผู้ทำกรรมชั่วย่อมได้ผลชั่ว**

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า

อกตํ ทุกฺกฏํ เสยฺโย ปจฺฉา ตปฺปติ ทุกฺกฏํ

กตญฺจ สุกตํ เสยโย ยํ กตฺวา นานุตปฺปติ

แปลความว่า : **ความชั่วไม่ทำเสียเลยประเสริฐกว่า (เพราะ) ความชั่วย่อมเผาผลาญในภาย หลัง ก็กรรมใดทำแล้ว ไม่เดือดร้อนใน ภาย หลังกรรมนั้นเป็นกรรมดี ทำแล้ว ประเสริฐกว่า.**

เพราะฉะนั้นผู้ปรารถนาความเจริญและสันติสุข ไม่ปรารถนาความทุกข์เดือดร้อนก็จะต้องงดเว้นความประพฤติปฏิบัติที่ไม่ดี ที่ไม่ชอบ ที่เหลวไหลไร้สาระเสีย พึงประพฤติปฏิบัติดีปฏิบัติชอบเอง จึงจะได้รับผลเป็นความเจริญและสันติสุขเอง สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระสงฆ์ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมตามรอยบาทพระพุทธองค์ ก็เป็นแแต่เพียงผู้ชี้ทางให้เท่านั้น

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ทรงรู้แจ้งทรงเห็นแจ้ง ผู้ตรัสรู้โดยชอบด้วยพระองค์เอง ได้ทรงประทานหลักธรรมสำหรับประพฤติปฏิบัติตน เพื่อให้ถึงความเจริญสันติสุข และให้ถึงความพ้นทุกข์ไว้ใน *(ขุ.ธ. ๒๕/๒๔/๓๙)* ว่าดังนี้

สพฺพปาปสฺส อกรณํ กุสลสฺสูปสมฺปทา

สจิตฺตปริโยทปนํ เอตํ พุทฺธานสาสนํ

แปลความว่า : **การไม่ทำบาปทั้งปวง การยังกุศลให้ถึงพร้อม การทำจิตตนให้ผ่องแผ้ว สามข้อนี้เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย.**

ผู้ปรารถนาความเจริญสันติสุขและความพ้นทุกข์ พึงต้องศึกษาอบรมความประพฤติปฏิบัติทางกาย ทางวาจา และทางใจ โดยการประพฤติธรรมที่เป็นกุศล ตามหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ทรงประทานไว้แล้ว ได้แก่ **ทานกุศล ศีลกุศล** และ**ภาวนากุศล** เป็นต้น เอง **ให้เกิดปัญญาอันเห็นแจ้งรู้แจ้งโทษของความชั่วหรือบาปอกุศลต่าง ๆ** และ**ให้เห็นคุณของการเลิกละความชั่ว ให้เห็นคุณของบุญกุศลคุณความดี และให้เห็นคุณของการชำระจิตใจให้ผ่องแผ้วเอง "สติสัมปชัญญะ" คุณเครื่องระงับยับยั้งชั่งใจด้วยปัญญาอันเห็นชอบรู้ทางเจริญทางเสื่อมแห่งชีวิตตามที่เป็นจริง ย่อมจะเกิดและเจริญขึ้นเอง** และ "หิริโอตตัปปะ" คือความรู้จักละอายและเกรงกลัวต่อบาปอกุศล **"ศีลสังวร"** คือความสำรวมระวังความประพฤติปฏิบัติทางกายและทางวาจา

ให้อยู่แต่ในศีล และ **"อินทรีย์สังวร"** คือความสำรวมระวังตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ มิให้หลงอยู่ในอารมณ์อันน่ากำหนัดยินดี และ/หรือหลงเคียดแค้นชิงชังในอารมณ์ที่ไม่น่ายินดีพอใจ ก็จะพลอยได้รับการอบรมให้เกิดและเจริญขึ้นได้ตามลำดับ

แปลว่า **คุณธรรมเครื่องช่วยคุ้มครองตน** คือ **"สติสัมปชัญญะ"** คุณเครื่องช่วยระงับยับยั้งชั่งใจด้วย**ปัญญาอันเห็นชอบ** และ **"หิริโอตตัปปะ"** ความรู้จักละอายและเกรงกลัวต่อบาปอกุศล **"ศีลสังวร"** และ**อินทรีย์สังวร"** เป็นต้นเหล่านี้ **ก็จะเกิดมีและเจริญขึ้นในจิตสันดานได้ก็แต่โดยการปฏิบัติธรรมศึกษาอบรมกายวาจาและใจของตนตามหลักธรรม ๓ ประการ คือ ละความชั่ว กระทำคุณความดี และชำระใจให้ผ่องใส เพื่อเจริญปัญญา รู้แจ้งในสภาวธรรมและสัจจธรรม**ตามที่เป็นจริง ได้แก่ **การปฏิบัติทานกุศล ศีลกุศล** และ **ภาวนากุศล** และ/หรือ **ปฏิบัติไตรสิกขา** คือ **ศีล สมาธิ** และ**ปัญญา อันมีนัยอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ เท่านั้น จึงจะเอาตัวรอดได้**

บัณฑิตผู้มีปัญญาจึงสนใจ ใส่ใจ ศึกษา

อบรมตน คืออบรมความประพฤติปฏิบัติทางกาย ทางวาจา และทางใจของตน ตามหลักธรรม ๓ ประการ ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงประทานไว้แล้วนี้ **คือ การไม่ทำบาปทั้งปวง การยังกุศลให้ถึงพร้อม และการทำจิตของตนให้ผ่องแผ้ว เป็นการครองตนให้อยู่ในคุณความดี ไม่ตกไปสู่ที่ชั่วอยู่เสมอ เพื่อสร้างพระในใจตน** คืออบรมตนให้มีใจเป็นพระ **โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การปฏิบัติไตรสิกขา** อันได้แก่ **อธิศีลสิกขา** คือ การอบรมในศีลอันยิ่ง **อธิจิตตสิกขา** คือ การอบรมจิตยิ่งสมาธิยิ่ง และ **อธิปัญญาสิกขา** คือ การศึกษาอบรมปัญญาอันยิ่ง **อันมีนัยอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘** ก็จะถึงความพ้นทุกข์ และถึงซึ่งความสันติสุขอย่างถาวรยิ่งๆ ขึ้นไปได้เอง ไม่มีเสื่อมเลย

ทางพระพุทธศาสนาก็ช่วยชี้แนะแนวทางการประพฤติปฏิบัติตน เพื่อสร้างพระในใจตน เพื่อครองตนให้อยู่แต่ในคุณความดี มิให้ตกไปในที่ชั่ว ได้เพียงเท่านี้ใครประพฤติปฏิบัติตามธรรมของพระพุทธเจ้าก็จะถึงความเจริญและสันติสุขเอง ใครประมาทหลงมัวเมาในชีวิต ไม่ปฏิบัติตามธรรม

นี้ก็ย่อมไม่ได้รับผลดีเอง และ/หรือย่อมได้รับผลจากกรรมชั่ว เป็นความทุกข์เดือดร้อนเอง ไม่มีใครจะช่วยใครได้จริงหรอก

อนึ่ง ตามที่ได้มีผู้สนใจในการศึกษาและปฏิบัติธรรม ประสงค์จะทราบว่า ควรไปเข้ารับการอบรมธรรมปฏิบัตินี้ที่สำนักปฏิบัติธรรมใดจึงจะได้ผลดี? เพราะมีสำนักปฏิบัติธรรมอยู่หลายแห่ง หลายครูอาจารย์ ซึ่งมีแนวทางปฏิบัติและสอนวิธีปฏิบัติพระกัมมัฏฐานหลายวิธีต่างๆ กัน ควรจะไปศึกษาที่สำนักปฏิบัติไหนดี ? อีกอย่างหนึ่ง ญาติโยมสาธุชนหลายท่านต่างปลีกเวลาไปศึกษาอบรมที่วัดต่างๆ ได้ยาก จึงควรที่จะได้รับการศึกษาและปฏิบัติธรรมอย่างไร ?

ปัญหาข้อนี้ขอสาธุชนพึงทำความเข้าใจว่า **ทุกสำนักปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาก็จะมีการปฏิบัติและสอนให้ปฏิบัติไตรสิกขา** คือ**การศึกษาอบรมกาย วาจา และใจ โดยทางศีล สมาธิ ปัญญาอันมีนัยอยู่ในมรรคมีองค์ ๘** และ**สติปัฏฐาน ๔ ด้วยกันทั้งนั้น อาจจะแตกต่างกันแต่อุบายวิธีสงบใจ คือวิธีเจริญสมาธิภาวนา**และ/หรือ **อุบายวิธีเรืองปัญญา ให้เห็นแจ้ง รู้แจ้งสภาวธรรมและ**

สัจจธรรมตามที่เป็นจริงบ้าง และคล้ายคลึงกันบ้างตามจริตอัธยาศัย และตามความแก่กล้าแห่งอินทรีย์ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา ที่เคยได้รับการสั่งสมอบรมมาแต่ปางก่อนไม่เท่ากัน จึงมีประสบการณ์ความรู้ความชำนาญในขั้นปฏิบัติสมถะและวิปัสสนาภาวนาไม่เท่ากัน จึงเลือกวิธีปฏิบัติและเลือกวิธีสอนด้วยอุบายวิธีต่างกันบ้าง คล้ายกันบ้าง แต่ต่างก็อยู่ในหลักศีล-สมาธิ-ปัญญา อันมีนัยอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ และหลักสติปัฏฐาน ๔ นั้นเอง และก็มีจุดประสงค์เพื่อชำระกิเลสเหตุแห่งทุกข์และเพื่อถึงความเจริญและสันติสุขด้วยกันทั้งสิ้น

ทีนี้จึงตกเป็นหน้าที่รับผิดชอบของท่านทั้งหลายพึงพิจารณาให้ทราบด้วยตนเองว่า สำนักไหนมีครูอาจารย์ที่ท่านปฏิบัติมีประสบการณ์ และสอนด้วยอุบายวิธีการปฏิบัติทั้งสมถวิปัสสนากัมมัฏฐาน ให้ได้ผลสมบูรณ์ดีครบไตรสิกขา ได้แก่

อธิศีลสิกขา คือ การศึกษาอบรมในศีลอันยิ่ง ๑

อธิจิตตสิกขา คือ การศึกษาอบรมในจิตอัน

ยิ่งหรือสมาธิยิ่ง ๑ ให้ถึง

อธิปัญญาสิกขา การศึกษาอบรมในปัญญาอันยิ่ง คือให้เจริญปัญญาอันรู้แจ้งเห็นแจ้ง กล่าวคือ **ให้ได้ทั้งเห็นแจ้งและทั้งรู้แจ้งสภาวธรรมและสัจจธรรมตามที่เป็นจริง ตามรอยบาทพระพุทธองค์ได้ดีที่สุด** อีก ๑ ก็จงไปขอเข้ารับการอบรมที่สำนักนั้น แล้วท่านก็จะสามารถได้รับการอบรมให้ได้ผลดียิ่งขึ้นไปเป็นลำดับ ตามระดับภูมิธรรมที่ปฏิบัติได้เอง

อนึ่ง ต่อข้อความที่ว่า มีเวลาที่จะปลีกตัวไปศึกษาอบรมที่วัดน้อยจะทำอย่างไร ? ก็ขอเจริญพรว่า การศึกษาอบรมธรรมปฏิบัตินั้น **ทุกคนมีเวลาเพื่อการศึกษาและอบรมธรรมปฏิบัติได้เสมอ ขอแต่ให้เห็นคุณค่าของการศึกษาอบรมธรรมปฏิบัติว่าเป็นกิจที่มีแก่นสารสาระแก่ชีวิตตนที่สุด** และ**ขอให้มีใจรักที่จะศึกษาและอบรมปฏิบัติธรรมเท่านั้น ท่านก็จะสามารถหาเวลาปลีกเวลาไปเข้ารับการศึกษาอบรมได้เสมอ**

ให้ท่านลองพิจารณากิจวัตรประจำวันของท่านดูให้ถ้วนถี่ จะเห็นว่าเป็นกิจวัตรเพื่อคนอื่นแทบ

ทั้งนั้น ส่วนกิจวัตรที่จะเป็นแก่นสารสาระ กล่าวคือ ที่จะเป็นที่พึ่งประเสริฐอันถาวรแท้จริงสำหรับตน มีน้อยไม่ถึงครึ่งแต่เพราะความประมาทหลงมัวเมาอยู่ในสามิส-สุข คือ ความสุขด้วยอามิส ได้แก่ ความสุขจากการที่ได้บริโภคใช้สอย ที่ได้สัมผัส ได้ยิน ได้ฟัง ได้ลิ้มรส ได้กลิ่น รูป - เสียง - กลิ่น - รส และสิ่งสัมผัสทางกายที่น่าเพลิดเพลินที่น่ากำหนัดยินดี และหลงยึดมั่นถือมั่นอยู่ด้วยกิเลส ตัณหา อุปาทานอันไม่เที่ยงแท้ถาวรเหล่านั้น ทำให้มองไม่เห็นความสำคัญ ไม่เห็นคุณค่าของการศึกษาอบรมธรรมปฏิบัติว่า เป็นกิจที่มีแก่นสารสาระที่สำคัญที่สุดในชีวิตที่จะได้อบรมตนเพื่อสร้างพระในใจตน และจะได้มีตนที่ได้ฝึกฝนอบรมดีแล้วเป็นที่พึ่งประเสริฐ อันบุคคลมีได้ด้วยยากนักหนา จึงไม่อาจเสียสละเวลาที่กำลังเสวยสามิสสุขอยู่นั้นได้หรือไม่อาจตัดความผูกพันในสามิสสุขอันไม่เที่ยงแท้ถาวร และไม่อาจจะตัดใจจากครอบครัวหรือจากกิจการงานอันเป็นไปเพื่อผู้อื่นกว่าครึ่งหรือค่อนชีวิตนั้นได้

เพราะฉะนั้น ถ้าท่านจะได้พิจารณาให้ลึกซึ้งด้วยสติปัญญาอันเห็นชอบก็จะเห็นว่า **การได้อัต-**

ภาพเป็นมนุษย์นี้เป็นของยาก นับตั้งแต่เกิดมาและได้ดำเนินชีวิตมาจนถึงทุกวันนี้ก็ต้องประสบแต่ความทุกข์ ทุกข์เพราะความเกิด แก่ เจ็บ และตาย ทุกข์เพราะผิดหวังหรือเพราะไม่ได้ตามความปรารถนา ทุกข์พราะพลัดพรากจากสิ่งของ พลัดพลาดจากฐานะ และ/หรือ พลัดพรากจากบุคคลที่รักและหวงแหน และความทุกข์ เพราะผลของความชั่วหรือบาปอกุศลที่ได้เคยกระทำไว้แล้ว ทั้งที่รู้และทั้งที่ไม่รู้ ทั้งโดยเจตนาหรือโดยรู้เท่า ไม่ถึงการณ์ ฯลฯ เหล่านี้เป็นต้น **วิธีคือหนทางปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์และให้ถึงซึ่งความสันติสุขอย่างถาวรมีอยู่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ทรงเห็นแจ้งทรงรู้แจ้ง ทรงเป็นพระอรหันต์ตรัสรู้แล้วเองโดยชอบ ก็ได้ทรงชี้ทางไว้แล้วแต่การจะปฏิบัติตนให้ถูกต้องตามหลักธรรมนี้ ก็ต้องศึกษาและอบรมกาย วาจา ใจ ตามหลักธรรมนี้ จนเกิดปัญญาอันเห็นแจ้งและรู้แจ้งสภาวธรรมและสัจจธรรมตามที่เป็นจริง**ได้รู้บาป-บุญ คุณ-โทษ สิ่งที่เป็นสาระประโยชน์ สิ่งที่มิใช่สาระประโยชน์แห่งชีวิตตามที่เป็นจริง **จนเกิดและเจริญสติสัมปชัญญะด้วยปัญญาอันเห็น**

ชอบ รู้จักยับยั้งชั่งใจ พิจารณาเห็นทางเจริญแห่งชีวิตอันควรดำเนินรู้ทางเสื่อมแห่งชีวิตอันไม่ควรดำเนินตามที่เป็นจริง กอปรด้วยหิริโอตตัปปะ คือมีความละอายและกลัวเกรงต่อบาปอกุศล มีศีลสังวรและมีอินทรีย์สังวร คุณเครื่องรักษาตน จึงจะสามารถครองตนและนำตนไปในแนวทางแห่งความพ้นทุกข์ และให้ถึงความเจริญสันติสุขอย่างมั่นคงถาวรได้

เมื่อได้พิจารณาให้ลึกซึ้งให้เห็นสัจจธรรมด้วยสติปัญญาอันเห็นชอบอย่างนี้แล้ว ก็จะถึงความตกลงใจได้ว่า การศึกษาอบรมตนโดยหลักธรรมปฏิบัติอันสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงประทานไว้แล้วนี้ เป็นกิจที่สำคัญที่สุดในชีวิตของผู้มีปัญญา ไม่มีกิจอื่นใดยิ่งกว่า และจะพิจารณาเห็นได้ว่าเป็นโอกาสดีที่สุดแล้วที่ได้มาเกิดขึ้นเป็นมนุษย์และได้พบพระพุทธศาสนาในภพชาตินี้ เพราะความได้บังเกิดเป็นมนุษย์เป็นของยากความเสด็จอุบัติขึ้นของพระพุทธเจ้าอันสัตว์โลกมีได้ด้วยยาก การได้ศึกษาและปฏิบัติธรรมก็มีได้ด้วยยาก แต่ชีวิตความเป็นมนุษย์นี้สั้นนัก

จะตายวันตายพรุ่งไม่รู้ที่ ฉวยว่าต้องตายไปก่อนที่จะได้ศึกษาและอบรมธรรมปฏิบัติให้รู้บาป-บุญ รู้คุณ-โทษตามที่เป็นจริงและยังมีความเห็นผิดหรือเป็นมิจฉาทิฏฐิอยู่ กรรมชั่วหรือบาปอกุศลจากความเห็นผิดๆ จากทำนองคลองธรรม จึงคิดผิด รู้ผิด พูดผิด ทำผิด นำผู้อื่นผิดๆ และ/หรือ หลงตามผู้อื่นอย่างผิดๆ จากทำนองคลองธรรม บาปอกุศลเหล่านี้ย่อมเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ได้รับ ความทุกข์เดือดร้อนในชีวิตทั้งในปัจจุบัน ดังที่ปรากฏเป็นปัญหาในสังคมอย่างมากมายอยู่ในทุกวันนี้และให้ได้รับความทุกข์เดือดร้อนต่อไป ในอนาคต ทั้งในภพชาตินี้ และในภพชาติต่อๆ ไปไม่มีที่สิ้นสุด นี้เรียกว่า **"ภัยในวัฏฏสงสาร"** หรือ**ภัยในวัฏฏะ ๓** คือ **กิเลสวัฏฏะ กรรมวัฏฏะ** และ **วิปากวัฏฏะ** กล่าวคือ **ภัยจากความมีกิเลส** เพราะอวิชชา คือความไม่รู้บาป-บุญ คุณ-โทษ ตามที่เป็นจริง **แล้วจึงกระทำกรรมชั่วและได้รับผลจากกรรมชั่วเป็นความทุกข์เดือดร้อน**และ**ต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏฏสงสารอย่างนี้ ไม่มีที่สิ้นสุด อย่างที่ไม่มีอำนาจเบื้องบนใดจะช่วยใครได้เลย**

สรุปว่า สติสัมปชัญญะด้วยปัญญาอันเห็นชอบ กอปรด้วย หิริโอตตัปปะ ศีลสังวร และอินทรีย์สังวร เป็นต้นนั่นแหละ เป็นคุณเครื่องคุ้มครองตนได้เป็นอย่างดี ผู้ปรารถนาความเจริญสันติสุขในชีวิต ไม่ปรารถนาความทุกข์เดือดร้อนทุกท่าน ทุกฐานะ ทุกเพศ ทุกวัย จึงไม่พึงประมาทหลงมัวเมาในชีวิต พึงพิจารณากิจวัตรประจำวันของตน **แล้วจัดแบ่งเวลาให้เวลาแก่ตนเอง เพื่อการศึกษาและปฏิบัติธรรมอันเป็นแก่นสารสาระที่สุดในชีวิตของตน เพื่อให้มีตนเป็นที่พึ่งของตนได้อย่างแท้จริง** โดยตัดกิจกรรมที่ไร้สาระออกเสียบ้าง **แล้วตั้งใจไปศึกษาอบรมธรรมปฏิบัติให้รู้ให้เข้าใจเหตุผล และวิธีปฏิบัติไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ด้วยตน** ตามพระพุทธดำรัส *(ขุ.ธ. ๒๕/๒๒/๓๖)* ว่า

อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ โก หิ นาโถ ปโร สิยา

อตฺตนา หิ สุทนฺเตน นาถํ ลภติ ทุลฺลภํ

แปลความว่า : **"ตนแลเป็นที่พึ่งแห่งตน ใครเล่าจะเป็นที่พึ่งแก่เราได้ ผู้มีตนฝึกดีแล้ว ย่อมได้ที่พึ่งซึ่งหาได้ยาก"**

จึงจะสามารถครองตน รักษาตน ให้ตั้งอยู่แต่ในคุณความดีที่ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ให้ได้ประสบแต่ความเจริญและสันติสุขยิ่ง ๆ ขึ้นไปได้ แต่ถ้าท่านใดประมาทขาดสติสัมปชัญญะ ขาดหิริโอตตัปปะ ขาดศีลสังวรและอินทรีย์สังวรเมื่อใด เมื่อนั้นท่านเหล่านั้นย่อมจะต้องประสบกับความทุกข์เดือดร้อนจากบาปอกุศล หรือกรรมชั่วที่ท่านหลงผิด ด้วยมิจฉาทิฏฐิ คือมีความคิดเห็นผิด ๆ จึงทำผิด พูดผิด และนำคนอื่นผิด ๆ หรือหลงตามผู้อื่นผิด ๆ อย่างแน่นอนที่สุด ไม่มีทางหลีกเลี่ยงและไม่มีข้อยกเว้นให้แก่ใครผู้ใด ไม่ว่าจะอยู่ในฐานะใด ได้เลย

ก่อนจบรายการในวันนี้ อาตมาภาพขอฝากคติเตือนใจไว้ประดับสติปัญญาสักนิดว่า

จงทำแต่สิ่งที่ถูกต้อง
แม้จะเป็นสิ่งที่ไม่ถูกใจ
จงอย่าทำแต่สิ่งที่ถูกใจ
แต่เป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง

สมดังพระพุทธภาษิต *(ขุ.ธ. ๒๕/๑๓/๑๙)* ว่า

จิตฺตํ คุตฺตํ สุขาวหํ

แปลความว่า : **"จิตที่คุ้มครองแล้ว นำสุขมาให้"**

และ *(ขุ. ชา. ทุก. ๒๗/๓๑๖/๙๐)* ว่า

วิหญฺญตี จิตฺตวสานุวตฺตี

แปลความว่า : **ผู้ประพฤติตามอำนาจจิต ย่อมลำบาก**

หลักการครองคน

ณ ที่นี้หมายถึง **หลักธรรมประจำใจที่จะผูกใจผู้อื่นให้สมัครรักใคร่นับถือกัน สนิทสนมกลมเกลียวกัน ให้มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันตามฐานะ** และ**โดยธรรม**

ที่กล่าวว่า **ให้มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันตามฐานะ** ก็หมายถึง **ตามฐานะ ของคนในสังคมต่าง ๆ** ได้แก่ ใน**สังคมครอบครัว**และ**เครือญาติ ๑** ใน**สังคม วงงาน ๑** ในสังคมมิตรสหายและ**สัมพันธชนโดยทั่วไป ๑**

ที่กล่าวว่า**ให้มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันโดยธรรม** ก็คือให้ **ผูกสัมพันธ์กันด้วยคุณความดี ด้วยความมีอัธยาศัยไมตรีที่ดีต่อกัน อันจะเป็นเครื่องผูกสัมพันธ์ที่ยั่งยืนมั่นคง ดีกว่าความผูกสัมพันธ์กันด้วยผลประโยชน์ หรือด้วยกิเลสตัณหา ราคะ อันเป็นเครื่องผูกพันที่ไม่ยั่งยืน** และ**อาจกลับกลายเป็นโทษ หรืออาจนำไปสู่ความทุกข์เดือดร้อนได้ในภายหลัง**

หลักธรรมปฏิบัติประการแรกที่จะเป็น

(ออกอากาศทางสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย กรมประชาสัมพันธ์ เมื่อวันอาทิตย์ที่ ๑๗ กันยายน พ.ศ. ๒๕๔๓)

เครื่องยึดเหนี่ยวใจผู้อื่นไว้ได้ คือ **สังคหวัตถุ ๔ อย่าง** *(องฺ. จตุกฺก. ๒๑/๓๒/๔๒)* ได้แก่

ทาน การให้ปัน สิ่งของๆ ตนแก่ผู้อื่นที่ควรให้ปัน ๑

ปิยวาจา เจรจาวาจาที่สุภาพอ่อนหวาน ๑

อัตถจริยา ประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น ๑ และ

สมานัตตตา ความเป็นผู้มีตนเสมอ ไม่ถือตัวอีก ๑

ดังที่จะได้อธิบายขยายความเป็นลำดับต่อไป

[๑] "ทาน" การให้ปันสิ่งของของตนแก่ผู้อื่นที่ควรให้ปัน

การให้ปันสิ่งของของตนแก่ผู้อื่นที่ควรให้ปันนั้น ย่อมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจแก่ผู้รับให้ระลึกนึกถึงความเป็นผู้มีน้ำใจโอบอ้อมอารีของผู้ให้ ผู้มีจิตใจโอบอ้อมอารีมีน้ำใจมีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ผู้อื่นอยู่เสมอ ย่อมเป็นที่รักแก่ชนทั้งหลาย คนหมู่มากย่อมคบค้าสมาคมด้วย สมดังที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัส *(องฺ. ปญฺจก. ๒๒/๓๔/๔๓)* ว่า

"ทท์ ปิโย โหติ ภชนฺติ น์ พหู"

แปลความว่า : **"ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก คนหมู่มากย่อมคบเขา"**

คนตระหนี่หรือผู้ที่มีความเห็นแก่ตัวจัด ย่อมไม่มีใครรัก และ อยากคบค้าสมาคมด้วยเป็นธรรมดา การให้นั้นได้มีหลักที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ *(ขุ. ชา. อฏฺฐก. ๒๗/๑๑๘๔/๒๔๙)* ว่า

"วิเจยฺย ทานํ สุคตปฺปสตฺถํ"

แปลความว่า : **"การเลือกให้อันพระสุคตทรงสรรเสริญ"**

นี้ข้อหนึ่ง กับตรัสไว้อีก *(ขุ. ชา. สตฺตก. ๒๗/๑๐๑๒/๒๑๗)* ว่า

"ทเทยฺย ปุริโส ทานํ"

แปลความว่า : **"คนควรให้สิ่งของที่ควรให้"**

นี้อีกข้อหนึ่ง

ข้อแรกที่ว่า **"การเลือกให้ อันพระสุคตทรงสรรเสริญ"** นั้นหมายถึงว่า ควรพิจารณาให้สิ่งของของตนแก่ผู้ที่ควรให้ กล่าวคือ การพิจารณาเลือกให้สิ่งของของตนแก่คนดีมีศีลมีธรรม ย่อมมีผลดีกว่าการให้แก่คนไม่ดี คนไม่มีศีลธรรม เป็นธรรมดา เพราะคนดีมีศีลธรรมย่อมประพฤติตนเป็นประโยชน์

แก่ตนเองและผู้อื่น และสามารถจะคบค้าสมาคมเอาเป็นมิตรสหายที่ดีต่อกันได้ตลอดไป ยามเมื่อผู้ที่เคยให้ปันตกทุกข์ได้ยาก ก็ยังมีมิตรสหายที่ดีพอเอาเป็นที่พึ่งได้ แต่ส่วนคนไม่ดี ไม่มีศีลธรรม ย่อมประพฤติตนเป็นโทษ และสามารถจะทำความเดือดร้อนให้แก่แม้แก่ตนเองและผู้อื่นได้เสมอ การที่จะคบค้าสมาคมเอาเป็นมิตรสหายที่ดีต่อกันยาวนานไปย่อมเป็นการยาก

ส่วนข้อที่สอง ที่ว่า **"คนควรให้สิ่งของที่ควรให้"** นี้เป็นเรื่องสำคัญ สิ่งของที่ควรให้ปันแก่ผู้อื่น ควรเป็นสิ่งของที่ดีที่น่าชอบใจที่มีคุณประโยชน์ไม่เกิดโทษ จึงจะยังประโยชน์ให้สำเร็จ ของที่ไม่ดีที่ไม่น่าชอบใจ ที่ไม่มีคุณประโยชน์และเป็นของที่เป็นโทษ ผู้รับย่อมไม่ปรารถนาที่จะได้ เช่น ให้ของเก่าหรือของที่ชำรุดหรือของที่ใช้แล้ว หรือของที่ไม่ดีไม่งาม ไม่น่าชอบใจ ไม่มีประโยชน์ ผู้รับย่อมจะไม่ประทับใจเป็นธรรมดา ของบางอย่างแม้จะเป็นที่ชอบใจของชนบางพวก ได้แก่ คนพาลปัญญาโฉดเขลาแต่เป็นโทษ ดังตัวอย่างเช่น สิ่งเสพติดมึนเมาให้โทษ เป็นที่ตั้งแห่งความประมาท เหล่านี้ก็นับ

เป็นสิ่งของที่ไม่ควรให้ เพราะรังแต่จะเป็นเครื่องดึงเครื่องเหนี่ยวรั้งให้ผู้รับเข้าถึงฐานะที่ตกต่ำยิ่งลงไปอีก

อนึ่ง คำว่าสิ่งของที่ควรให้ปันนั้น กินความถึงธรรมคือข้อปฏิบัติที่ดีที่ชอบ ที่นำไปสู่ความเจริญและสันติสุข ไม่เป็นไปในทางเสื่อมหรือที่เป็นทางให้เกิดโทษ หรือเป็นความทุกข์เดือดร้อนอีกด้วย

เพราะฉะนั้น การให้สิ่งของที่ควรให้แก่บุคคลที่ควรให้ คือให้แก่ผู้ตั้งใจประพฤติธรรม ผู้ทรงศีลทรงธรรม ตลอดไปถึงพระอริยสงฆ์ พระอริยเจ้า และพระพุทธเจ้าทั้งหลายผู้สิ้นกิเลสแล้ว จึงมีอานิสงส์สูงคือ มีผลมาก ดังพระพุทธดำรัสตรัสไว้ (องฺ. ปญฺจก. ๒๒/๔๔/๕๖) มีความแปลว่า

ผู้ให้ของชอบใจ ย่อมได้ของชอบใจ
ผู้ให้ของเลิศ ย่อมได้ของเลิศ
ผู้ให้ของดี ย่อมได้ของดี
ผู้ให้ของประเสริฐ ย่อมถึงฐานะอันประเสริฐ

[๒] "ปิยวาจา"
การเจรจาวาจาที่อ่อนหวาน

คือ วาจาที่ไพเราะสุภาพอ่อนโยนตามฐานะ ย่อมเป็นที่ชื่นใจ เป็นที่ประทับใจแก่ผู้ฟังหรือคู่สนทนา ไม่มีใครชอบวาจาที่หยาบคายแข็งกระด้าง และ/หรือ วาจา ที่ก้าวร้าว ที่ไร้มารยาท ไม่รู้กาลเทศะ และวาจา ที่ไม่ไพเราะ ไม่สมฐานะ ระหว่างผู้พูดกับผู้ฟังและคู่สนทนาด้วย คนเราจะได้ดีหรือถึงความเสื่อม ก็ด้วย "วาจา" นั่นแหละเป็นข้อสำคัญประการหนึ่ง โบราณท่านจึงกล่าวไว้ว่า "ปากเป็นเอก เลขเป็นโท" หมายความว่า วาจาที่ดีที่สุภาพที่ไพเราะอ่อนหวานนั้นแหละเป็นข้อปฏิบัติที่สำคัญที่สุดประการหนึ่งของการครองใจคน และจะได้ดีก็เพราะวาจาที่ดีนั่นแหละ ส่วนเลข ณ ที่นี้ หมายถึง วิชาความรู้ยังเป็นรอง คือถึงจะเป็นคนมีความรู้สูง แต่ถ้าปากไม่ดีเสียแล้ว ย่อมหวังความเจริญในชีวิตได้ยาก เพราะคนปากเสียไม่อาจผูกใจใครไว้ได้ จะหาคนคบหาสมาคมเป็นมิตรสหายที่ดีที่จริงใจต่อกันได้ยาก ปิยวาจา คือวาจาที่ไพเราะสุภาพอ่อนโยนต่อกันตามฐานะเท่านั้นแหละ ที่จะ

เป็นเครื่องผูกใจยึดเหนี่ยวจิตใจผู้อื่นได้ยืนนาน คนเราจะได้ดี จะมีมิตรสหายที่ดีต่อกัน ก็เพราะปากดี วาจาดี แต่ที่จะเสียเพื่อนที่ดี หรือเสียโอกาสที่ดีๆ ไปก็เพราะปากเสีย หรือเพราะปากอัปมงคลนั่นแหละ ดังมีนิทานชาวบ้านเล่าขานกันเป็นเชิงอุทาหรณ์ว่า

มีกระทาชายนายหนึ่งเป็นคนมีศีรษะล้าน มีวัวหนุ่มกำลังดี รูปร่างงามคู่หนึ่ง ใครๆ เห็นก็อยากจะได้เป็นเจ้าของ อยู่มาวันหนึ่งมีเศรษฐีคนหนึ่งชอบใจวัวคู่นี้มาก จึงไปเจรจาขอซื้อกับเจ้าของว่า "*ไงเจ้าหัวล้าน วัวคู่นี้แกจะขายเท่าไร*" เจ้าของวัวพอได้ยินวาจายกตนข่มท่านและเสียดแทงปมด้อยของตนเช่นนั้นก็รู้สึกฉุนกึกขึ้นมาทันที จึงตอบว่า "*ข้าไม่ขาย*" มิใยที่เศรษฐีจะบอกขึ้นราคาให้สักเท่าใด เจ้าของวัวก็ยืนกระต่ายขาเดียวว่า ไม่ยอมขายให้ท่าเดียวเศรษฐีจนใจจึงกลับไปด้วยความผิดหวัง ต่อมาอีกไม่นานได้มีเพื่อนบ้านใกล้เคียงคนหนึ่งก็อยากจะได้วัวคู่นี้เหมือนกัน พอได้ข่าวว่าเศรษฐีเคยมาขอทุ่มเงินซื้อแต่ก็ไม่ได้เพราะมาเจรจาขอซื้อด้วยวาจาที่ยกตนข่มท่าน และด้วยวาจาที่เสียดแทงปมด้อยของเจ้าของวัว ซึ่งตนก็รู้อัธยาศัยของชายผู้นี้อยู่ว่าเป็นคนใจน้อย แต่

ถ้าใครพูดถูกหูถูกใจ อาจจะยกของให้เปล่าก็ได้ จึงได้ทดลองเข้าไปเจรจาขอซื้อด้วยกิริยามารยาทเรียบร้อย เมื่อไปถึงก็ยกมือไหว้ทักทายด้วยวาจาที่ไพเราะอ่อนหวานว่า "*พ่อผมดกปรกหู วัวทั้งคู่นี้พ่อจะขายเท่าไร*" เจ้าของวัวฟังแล้วก็ให้รู้สึกเคลิบเคลิ้มชื่นใจ เพื่อนบ้านคนนี้ไม่เหมือนเศรษฐีจอมเบ่งคนนั้น ยังงี้ซิค่อยน่าคบค้าสมาคมด้วย จึงกล่าวว่า "*พ่อพูดได้ไพเราะเสนาะหู วัวทั้งคู่นี้ฉันขอยกให้*" เป็นอันว่าเพื่อนบ้านเรือนเคียงที่เจรจาด้วยกิริยาวาจาที่สุภาพไพเราะนั้น จึงได้วัวงามคู่ไปใช้ฟรี และเป็นเพื่อนบ้านที่ดีต่อกันตลอดไป นิทานชาวบ้านเรื่องนี้พอจะเป็นอุทาหรณ์ให้เข้าใจลึกซึ้งถึงหลักธรรมข้อปิยวาจานี้ได้ดี

[๓] อัตถจริยา
การประพฤติสิ่งที่ดีเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น

หมายความว่า ความเป็นผู้มีน้ำใจ ไม่นิ่งดูดาย รู้จักสงเคราะห์ญาติมิตร และอนุเคราะห์ช่วยเหลือกิจการของผู้อื่นให้สำเร็จ รู้จักช่วยกระทำกิจอันเป็นประโยชน์แก่บุคคลอื่นหรือแก่สังคมส่วนรวม ตามความเหมาะสมแก่ฐานะและโอกาส ไม่เป็นคนแล้งน้ำ

ใจช่วยใครไม่เป็น คือไม่เป็นคนเห็นแก่ตัวจัด ยามที่ผู้อื่นหรือสังคมประสบความทุกข์เดือดร้อน และต้องการความช่วยเหลือ เช่น ในยามประสบทุกข์ภัยต่างๆ ได้แก่ อุทกภัย ภัยจากน้ำท่วม **วาตภัย** ภัยจากลมพายุ **อัคคีภัย** ภัยจากไฟไหม้ เป็นต้น ก็มีน้ำใจอนุเคราะห์ช่วยเหลือบรรเทาทุกข์ผู้อื่นหรือสังคมที่กำลังได้รับความทุกข์เดือดร้อน เช่นนั้น ตามกำลังของตนด้วยใจเมตตาและกรุณาธรรม ลูกที่ดีพึงประพฤติปฏิบัติดีต่อพ่อแม่และประพฤติแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ท่าน ไม่เป็นลูกขี้เกียจ ไม่นิ่งดูดายหรือหลีกเลี่ยงงาน ศิษย์ที่ดีพึงประพฤติดีต่อพระอุปัชฌาย์ครูอาจารย์ และประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อท่านต่อสำนัก และต่อสถาบันการศึกษาของตน

ความเป็นผู้มีน้ำใจ ย่อมประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นตามสมควรแก่ฐานะและโอกาสด้วยเมตตากรุณาธรรมเช่นนี้ย่อมเป็นคุณเครื่องผูกใจหรือเครื่องยึดเหนี่ยวใจผู้อื่นให้ผูกสมัครรักใคร่และมีความสัมพันธ์อันดีต่อกันได้ยั่งยืนนานเป็นอย่างดี ดังมีสุภาษิตโบราณว่า “*ไปบ้านท่าน อย่านิ่งดูดาย ปั้นวัวปั้นควายให้ลูกท่านเล่น*”

สุภาษิตนี้แสดงถึงความเป็นอยู่ของคนไทยในสมัยก่อนว่า เวลาไปหาผู้ใหญ่ที่บ้านของท่านก็อย่านิ่งดูดาย ช่วยปั้นรูปวัวรูปควายให้ลูกหลานของท่านได้เล่นบ้าง ในยุคนั้นไม่มีตุ๊กตาขายสำหรับให้เด็กเล่น เด็ก ๆ ผู้ชายจึงปั้นดินเหนียวเป็นรูปวัว รูปควาย เล่นกันบ้าง หรือเด็กๆ ผู้หญิงก็ปั้นรูปหม้อข้าวหม้อแกงเล่นกันบ้าง เป็นต้น เมื่อไปบ้านท่านผู้ใหญ่ ถ้ายังรอพบท่านหรือได้เสร็จกิจที่ไปพบท่านแล้ว หากพอมีเวลา ก็มีน้ำใจเอื้อเฟื้อปั้นวัวปั้นควายให้ลูกหลานท่านเล่นบ้างดังนี้เป็นต้นผู้กระทำความเอื้อเฟื้อเช่นนั้นย่อมมีโอกาสได้รับความเมตตา กรุณา สนับสนุนค้ำจุนจากผู้หลักผู้ใหญ่ท่านช่วยอนุเคราะห์สงเคราะห์หน้าที่กิจการงานอาชีพของตนให้เจริญก้าวหน้าได้

สมัยนี้การปั้นวัวปั้นควายให้ลูกท่านเล่น เป็นเรื่องล้าสมัยแล้ว แต่สุภาษิตนี้ก็ยังเป็นอุทาหรณ์ว่าการรู้จักสงเคราะห์อนุเคราะห์ช่วยเหลือผู้อื่น หรือการประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น เป็นเครื่องผูกใจคน เป็นคุณธรรมเครื่องครองใจคนได้ดี แต่การประพฤติปฏิบัติสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กันนี้ ก็ต้องพิจารณาความเหมาะสมกับกาลสมัยกับอัธยาศัยใจคอของบุคคล และขนบธรรมเนียมประเพณีของสังคม

หรือประชุมชนแต่ละท้องถิ่นอีกด้วย ดังจะขอยกตัวอย่างฝรั่งชาวต่างประเทศที่เขานิยมฝึกอบรมบุคคลในครอบครัวและประชาชนของเขาให้เป็นคนรู้จักพึ่งตัวเองเป็นสำคัญ เพราะฉะนั้นประชาชนของเขาจึงมีอุปนิสัยทำงานเข้มแข็งจริงจัง ให้สำเร็จด้วยตัวเขาเอง ถ้าไม่จำเป็นจริงๆ แล้วจะไม่ร้องขอให้ใครช่วย เพราะฉะนั้นถ้าใครจะสอดเข้าไปช่วยเหลือ หรือไปให้คำแนะนำเขาโดยที่เขามิได้ขอร้อง บางคนเขาอาจจะไม่ชอบหรือไม่พอใจ เพราะเหมือนกับว่าเห็นเขาไม่มีความสามารถที่จะทำให้สำเร็จได้เองหรือไง อะไรทำนองนี้ เพราะฉะนั้นชาวต่างประเทศโดยมากเขาถือเป็นมารยาทหรือเป็นธรรมเนียมว่า ถ้ามีน้ำใจและเห็นสมควรจะอนุเคราะห์ช่วยเหลือใคร ก็พึงถามเขาก่อนว่า "*จะให้ผมช่วยอะไรบ้างไหมครับ*" ถ้าเขาประสงค์จะให้เราช่วยเหลือ เขาก็จะแสดงความขอบคุณว่า "*เชิญเลยครับ ขอบคุณครับ*" แต่ถ้าเขาไม่ประสงค์จะให้เราช่วย เขาก็จะบอกว่า "*ไม่ต้องหรอกครับ ขอบคุณครับ*" ดังนี้ เป็นต้น หรือว่าถ้าเขาต้องการความช่วยเหลือเขาก็จะบอกเราเอง เพราะฉะนั้นการที่จะอนุเคราะห์ช่วยเหลืออะไรแก่ชาวต่างประเทศ

พึงรู้จักอัธยาศัยใจคอและประเพณีของเขาด้วย ถ้าเราปฏิบัติได้ถูกต้องเหมาะสม เขาก็จะยินดีและชื่นชอบในอัธยาศัยน้ำใจของเรามาก แต่ถ้าเราไม่รู้จักอัธยาศัยใจคอ และปฏิบัติผิดประเพณีหรือผิดมารยาทที่ดีของเขา อาจจะได้รับผลที่ไม่ดีจากบางคนที่ไม่เข้าใจ ไม่คุ้นเคยวิธีแสดงความมีน้ำใจอย่างไทย ๆ ก็ได้ เพราะเหตุนั้นจึงต้องระวังข้อนี้ด้วย เคยมีตัวอย่างคนไทยไปบ้านฝรั่งที่เขาสอนลูก ๆ ให้รู้จักพึ่งตนเองให้มาก ๆ ให้ทำอะไร ๆ ด้วยตัวเอง ถ้าเด็ก ๆ ทำอะไรผิด ๆ ถูก ๆ เขาก็จะคอยแนะนำให้ทำให้ถูก แต่คนไทยไปเห็นลูกเขาน่ารักน่าเอ็นดู ก็ชอบไปช่วยทำโน่นทำนี่ให้เด็ก ๆ ของเขา หรือเวลาเขาพาเด็ก ๆ เดินไปไหนมาไหนก็เข้าช่วยเหลืออุ้มลูกของเขา อย่างนี้แทนที่เขาจะชอบใจในน้ำใจเอื้อเฟื้อของเรา เขาอาจจะกลับไม่ชอบใจ เพราะเราทำให้เด็กของเขาเสียนิสัยก็ได้ เพราะต่อไปเวลาเขาพาเด็กไปไหนมาไหน เด็กก็จะร้องขอให้อุ้มอยู่ร่ำไป ซึ่งผิดวัตถุประสงค์ของเขาที่เขาจะสอนให้ลูก ๆ หัดช่วยตัวเองตั้งแต่เล็ก ๆ เมื่อโตขึ้นมาหน่อยก็สามารถช่วยตัวเองได้มาก คนของเขาจึงมีคุณภาพ นี่แตกต่างจากประเพณีของชาวตะวัน

ออกหรือชาวเอเชีย โดยเฉพาะอย่างยิ่งชาวไทยที่มีฐานะดีที่ชอบแต่จะอุ้มชูลูก จนเด็กทำอะไรไม่เป็น พ่อแม่ต้องคอยอุปถัมภ์ค้ำชูอยู่ตลอด บางรายอุตส่าห์หาครอบครัวให้ เพื่อให้ลูกได้เป็นฝั่งเป็นฝา แต่ลูกประเภทนั้นก็ไร้ความสามารถที่จะครองตน ครองเรือน และครองงาน คอยแต่จะแบมือของเงินจากพ่อแม่หรือจากญาติพี่น้องอยู่ร่ำไป เรียกว่า เลี้ยงไม่รู้จักโต บางรายถูกพ่อแม่ตามใจจนเสียคน ถึงประกอบอาชีพเอง หรือแม้แต่จะดำเนินกิจการของพ่อแม่ที่มีอยู่แล้วให้ดี ก็ทำไม่เป็น บางรายก็เอาแต่ใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่ายผลาญทรัพย์สมบัติ เงินทอง ข้าวของของพ่อแม่จนย่อยยับไปก็มี นี่เป็นเพราะพ่อแม่รักลูก เลี้ยงลูกไม่เป็น ให้ความสงเคราะห์ลูกมากเกินไป จนลูกไม่มีสติปัญญาจะทำอะไรให้สำเร็จได้ด้วยตัวเอง อาตมาเคยได้เห็นตัวอย่างพ่อแม่ที่รักลูกและเลี้ยงลูกไม่เป็นอย่างนี้ต้องน้ำตาเช็ดหัวเข่ามาหลายรายแล้ว การสงเคราะห์ลูกอย่างนี้ก็ไม่ใช่วิธีที่ดีเหมือนกัน อาตมาภาพจึงกล่าวแต่ต้นว่า การประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น ต้องเป็นไปตามความเหมาะสมแก่ฐานะและโอกาส จึงจะเป็นทั้งคุณประโยชน์และเป็นทั้งเครื่อง

ผูกใจ หรือเครื่องยึดเหนี่ยวใจผู้อื่นให้ผูกสมัครรักใคร่และให้มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันได้ยั่งยืนนานเป็นอย่างดี

[๔] สมานัตตตา

คือความเป็นผู้มีตนเสมอ ไม่ถือตัว

ก็คือ ความประพฤติปฏิบัติดีต่อผู้อื่นอย่างเสมอต้นเสมอปลาย เมื่อมีชีวิตที่เจริญก้าวหน้าหรือได้ดิบได้ดีขึ้นไป ก็ไม่ถือตัวหรือทำตัวเย่อหยิ่งกับญาติพี่น้องหรือมิตรสหายเดิมที่เคยคบค้าหรือปฏิบัติดีต่อกัน เคยเคารพนับถือกันมาอย่างไรก็คงประพฤติปฏิบัติดีต่อกัน เคารพนับถือกันอยู่อย่างนั้น ความเป็นผู้มีตนเสมอนี้เป็นคุณเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจผู้อื่นไว้เป็นมิตรไมตรีที่ดีต่อกันได้ เป็นอย่างดีอีกประการ ๑

กล่าวโดยสรุป **สังควัตถุ ๔** คือ คุณธรรม ๔ อย่างได้แก่ **ทาน** คือ การรู้จักแบ่งปันสิ่งของ ๆ ตนให้แก่ผู้อื่นที่สมควรให้ปัน ด้วยสิ่งของที่ควรให้ตามฐานะและโอกาสอันสมควร ๑ **ปิยวาจา** คือการเจรจาด้วยวาจาสุภาพอ่อนโยนไพเราะอ่อนหวานตามความเหมาะสมแก่ฐานะ ๑ **อัตถจริยา** ความประพฤติสิ่งที่

เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นที่อยู่ร่วมกันในสังคมตามสมควรแก่ฐานะของตน ๑ **สมานัตตตา** คือความประพฤติปฏิบัติดีต่อผู้อื่นอย่างเสมอต้นเสมอปลาย ไม่ถือตัวอีก ๑ **สี่ประการนี้เป็นหลักธรรมมหาเสน่ห์ คุณเครื่องครองใจคน** คือ **เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจผู้อื่นไว้เป็นมิตรไมตรีที่ดีต่อกันได้นาน**

หลักธรรมเครื่องครองใจคนประการที่ ๒

พรหมวิหาร ๔ คือ **คุณธรรมประจำใจอย่างประเสริฐของผู้ทรงคุณความดียิ่งใหญ่** ได้แก่ **เมตตา** ความรักปรารถนาให้ผู้อื่นอยู่ดีมีความสุข ๑ กรุณา ความสงสารปรารถนาที่จะให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ ๑ มุทิตา ความพลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีหรืออยู่ดีมีสุข ๑ **อุเบกขา** ความรู้จักวางใจเป็นกลาง มัธยัสถ์ วางเฉย ไม่ยินดียินร้าย เมื่อผู้อื่นถึงซึ่งความวิบัติอันเราช่วยอะไรไม่ได้แล้วอีก ๑

พรหมวิหาร ๔ นี้ นับเป็นคุณธรรมเครื่องค้ำจุนโลก ด้วยว่า **ถ้าชาวโลกที่อยู่ร่วมกันในสังคมน้อยใหญ่ทั้งหลายทั้งปวง ต่างประพฤติปฏิบัติต่อกันด้วยพรหมวิหารธรรม** คือ ด้วยความรักฉันญาติมิตร ด้วยความปรารถนาดีต่อกัน มีความ

เห็นอกเห็นใจกัน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เจือจานซึ่งกันและกัน ไม่คิดมุ่งร้ายทำลายหรือเบียดเบียนกัน **มากเพียงไร ชาวโลกก็จะอยู่ร่วมกันด้วยความสันติสุขมากเพียงนั้น พรหมวิหาร ๔ นี้จึงชื่อว่าเป็น "คุณธรรมค้ำจุนโลก"**

เป็นที่ทราบกันดีว่า ที่ชาวโลกเดือดร้อนวุ่นวายกันมากขึ้นทุกที ๆ อยู่ในทุกวันนี้ ก็เพราะชาวโลกมุ่งแต่พัฒนาความเจริญทางด้านวัตถุต่างตะเกียกตะกายแสวงหา และแก่งแย่งชิงดีกัน เพื่อให้ได้พัสดุกาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสิ่งสัมผัสทางกาย ที่น่ากำหนัดยินดีน่าเพลิดเพลินพอใจ มาสนองกิเลสตัณหาของตน ยิ่งกว่าการพัฒนาความเจริญทางด้านจิตใจให้เจริญด้วยศีลธรรม ตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ชนส่วนมากจึงมักดำเนินชีวิตด้วยอำนาจของกิเลส มีความโลภจัด ความเห็นแก่ตัวจัด และตัณหาราคะจัด เป็นคนเจ้าอารมณ์ เจ้าโทสะ เจ้าอาฆาตพยาบาท เคียดแค้น อิจฉาริษยากัน มักขาดสติสัมปชัญญะไม่รู้บาปบุญคุณโทษตามที่เป็นจริง จึงคิดแต่จะเอารัดเอาเปรียบกบฏคดโกงกัน แก่งแย่งชิงดีชิงเด่นกันในทางทำลาย มักตะเกียกตะกายแสวงหา

ความสุขใส่ตน แม้อยู่บนกองทุกข์ผู้อื่น ไม่มีความเห็นอกเห็นใจกัน ไม่รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ซึ่งกันและกัน เหล่านี้เป็นต้น ชาวโลกจึงต้องประสบกับความทุกข์เดือดร้อนมากยิ่งขึ้นในทุกวันนี้

เพราะเหตุนี้ญาติโยมสาธุชนทั้งหลาย พึงมีสติสัมปชัญญะ พิจารณาเห็นทางเจริญและทางเสื่อมแห่งชีวิตตามที่เป็นจริง ด้วยปัญญาอันเห็นชอบ และประพฤติปฏิบัติต่อกันด้วยพรหมวิหารธรรม คือ ด้วย

เมตตาพรหมวิหาร ความรักปรารถนาให้ผู้อื่นอยู่ดีมีสุข ๑

กรุณาพรหมวิหาร ความสงสารปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ ๑

มุทิตาพรหมวิหาร ความพลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุข ไม่อิจฉาริษยาหรือกีดกัน ปัดแข้งปัดขากัน ๑ และด้วย

อุเบกขาพรหมวิหาร ความรู้จักวางใจเป็นกลาง มัธยัสถ์ วางเฉย ไม่ยินดียินร้าย เมื่อผู้อื่นถึงซึ่งความวิบัติอันเราช่วยอะไรไม่ได้

กล่าวโดยสรุป **ผู้เจริญ** และ**ทรงพรหมวิหารธรรมประจำใจอยู่เสมอ ย่อมเป็นที่รักของ**

เหล่ามนุษย์และอมนุษย์ทั้งหลาย อันมีเทพยดาพรหม ตลอดถึงสัตว์เดรัจฉาน เป็นต้น **พรหมวิหารธรรมเป็นคุณธรรมเครื่องยังความรักใคร่กลมเกลียว ความปรองดองสมานฉันท์** รวมเรียกว่า **"สามัคคีธรรม" ให้เกิดและเจริญขึ้นในหมู่มนุษย์และสัตว์โลกทั้งหลายให้ไม่เบียดเบียนกัน ให้มีแต่ความโอบอ้อมอารีมีน้ำใจดีต่อกัน** และปฏิบัติ**ต่อกันด้วยความเห็นอกเห็นใจกัน** จึงชื่อว่า **เป็นคุณธรรมเครื่องค้ำจุนโลก และเป็นรากเหง้าแห่งคุณธรรมเครื่องครองใจคน เพราะเป็นคุณธรรมเครื่องช่วยให้เจริญคุณธรรมอื่น ๆ อันเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจหมู่ชนและสัตว์โลกอื่นทั้งหลายได้มากอย่างดีที่สุด**

อีกประการหนึ่งที่สำคัญที่สุดคือ **การเจริญพรหมวิหารธรรมนั้น เป็นคุณธรรมที่ละเอียดอ่อน มีอานิสงส์สูง มีผลดียิ่งอย่างมากมายหลายประการ** ดังเช่น **หลับอยู่ก็เป็นสุข ขณะตื่นอยู่ก็เป็นสุข ปลอดภัยจากศัตรูผู้ปองร้าย**และ**ศาสตราวุธ จะตายก็ไม่หลงตาย** คือตายอย่างมีสติ เป็นต้น และ**เป็นธรรมเครื่องอุปการะแก่การเจริญคุณความดี**

อย่างยิ่งยวด ได้แก่ **ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี** และ**ปัญญาบารมี** เป็นต้น **ให้เจริญแก่กล้าขึ้นเป็นอุปบารมี** และ**ปรมัตถบารมีได้เป็นพลวปัจจัยให้สามารถบำเพ็ญสมณธรรมถึงมรรคผลนิพาน ได้สะดวกเป็นอย่างดี จึงเป็นคุณธรรมอันประเสริฐของ ผู้ทรงคุณธรรมสูง**

สรุปว่า **หลักธรรมเครื่องครองใจคน** คือ **สังคหวัตถุ ๔** ได้แก่ **ทาน** การให้ปัน ๑ **ปิยวาจา** เจรจาด้วยวาจาสุภาพอ่อนหวาน ๑ **อัตถจริยา** ประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น ๑ **สมานัตตตา** ความเป็นผู้มีตนเสมอ ๑ และ**พรหมวิหาร ๔** ได้แก่ **เมตตา กรุณา มุทิตา** และ**อุเบกขา อันควรที่สาธุชนจะเจริญ** คือ **ประพฤติปฏิบัติต่อผู้อื่นให้มากสามัคคีธรรมและความสันติสุขร่มเย็นก็จะบังเกิดมีแก่ทั้งผู้ปฏิบัติเอง** และ**ทั้งบุคคลอื่นทั้งหลาย ให้อยู่ร่วมกันในสังคมด้วยความร่มเย็นเป็นสุขได้มากนับประมาณมิได้อีกด้วย.**

หลักการครองงาน

ณ ที่นี้หมายถึง **หลักธรรม** คือ **ข้อปฏิบัติ** ตามคำสั่งสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า **ให้ถึงความสำเร็จ ความเจริญก้าวหน้า** และ**ความมั่นคงในหน้าที่กิจการงานโดยชอบ** และ/หรือ **ในการประกอบสัมมาอาชีวะ ซึ่งย่อมยังผลให้ผู้ปฏิบัติได้ถึงความเจริญ** และ**สันติสุขในชีวิต**

ให้มีข้อสังเกตเป็นเงื่อนไขสำคัญในเบื้องต้นนี้ไว้ก่อนว่า **"หลักการครองงาน"** คือหลักธรรมนำไปสู่ความสำเร็จ ความเจริญก้าวหน้า และความมั่นคงในหน้าที่กิจการงานหรือในการประกอบอาชีพอันจะยังผล**ให้ผู้ปฏิบัติได้ถึงความเจริญ**และ**ความสันติสุขในชีวิตนั้น จะต้องเป็นหน้าที่กิจการงาน**หรือ**จะต้องเป็นการประกอบอาชีพโดยสุจริต โดยชอบธรรมอีกด้วย จึงจะได้ผลเป็นความเจริญและสันติสุขในชีวิต**

แต่**ถ้าเป็นหน้าที่กิจการงาน** หรือ**อาชีพที่ทุจริต ที่ไม่ชอบธรรม** เรียกว่า **"มิจฉาอาชีวะ"** แล้ว

(ออกอากาศทางสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย กรมประชาสัมพันธ์ เมื่อวันอาทิตย์ที่ ๑๕ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๔๓)

แม้จะกระทำกิจในงานในหน้าที่หรือในอาชีพอันทุจริต/ที่ไม่ชอบธรรมเช่นนั้นได้สำเร็จ ก็ย่อมจะหา**ความเจริญ**และ**ความสันติสุขที่แท้จริงในชีวิตได้ยาก**หรือ**หาไม่ได้เลย เพราะความทุจริต**หรือ**ความชั่วที่ได้กระทำไปแล้วนั้น ย่อมจะให้ผลเป็นความทุกข์เดือดร้อนได้ในภายหลัง ไม่ช้าก็เร็ว ทั้งในภพชาตินี้** และ**ในภพชาติต่อ ๆ ไป**

อนึ่ง คำว่า **“หน้าที่กิจการงาน”** ณ ที่นี้ หมายถึง **หน้าที่กิจการงานที่แต่ละบุคคลรับผิดชอบ** ไม่ว่าจะเป็นหน้าที่กิจการงานของทางราชการ หรือหน้าที่ของพนักงานรัฐวิสาหกิจ และลูกจ้างแรงงานหน่วยงาน หรือองค์กรต่าง ๆ และรวมถึงเยาวชนในวัยศึกษาเล่าเรียน ซึ่งมีหน้าที่รับผิดชอบต่อตนเองในการศึกษาหาความรู้ เพิ่มพูนสติปัญญาและความสามารถเพื่อเป็นพื้นฐานสำคัญในการจะประกอบกิจการงานในอาชีพของตนสืบต่อไปในอนาคตอีกด้วย เพราะการที่บุคคลจะประสบความสำเร็จ ได้ถึงความเจริญและมั่นคงในหน้าที่กิจการงาน หรือในการประกอบสัมมาอาชีพได้นั้น **จะต้องมีพื้นฐานสำคัญ ๒ ประการ**

ประการแรก คือ **วิชาความรู้ในหน้าที่กิจการงาน หรือในอาชีพของตน และจะต้องมีทั้งสติปัญญาความสามารถ และทั้งวิสัยทัศน์ที่เฉียบคม** และ**กว้างไกล**อีกด้วย และ**การที่บุคคลจะมีคุณสมบัติเช่นนี้ได้ก็ต้องเริ่มที่การศึกษาเล่าเรียน พากเพียรหาความรู้เพิ่มพูนสติปัญญาและความสามารถ** จึงจะเป็นผู้มีวิสัยทัศน์ที่เฉียบคมและกว้างไกลได้ ถ้าขาดวิชาความรู้ในหน้าที่กิจการงาน หรือขาดความรู้ในวิชาอาชีพเสียแล้ว ย่อมยากที่จะพัฒนาสติปัญญาความสามารถและวิสัยทัศน์ให้เจริญขึ้นได้

ประการที่ ๒ คือ **คุณธรรม** กล่าวคือ จะต้องเป็นผู้มีศีลมีธรรมประจำใจ จึงจะสามารถปฏิบัติหน้าที่กิจการงานโดยชอบ หรือประกอบอาชีพโดยสุจริตได้ผลดี คือประสบความสำเร็จ และถึงความเจริญ ความมั่นคง และจึงจะยังผลให้ถึงความเจริญและสันติสุขในชีวิตอย่างแท้จริงได้ ประเด็นแรก ในเรื่องการศึกษาหาความรู้เพิ่มพูนสติปัญญาความสามารถและวิสัยทัศน์เป็นเรื่องเฉพาะตัวที่แต่ละท่านจะต้องขวนขวายศึกษาหาความรู้ความชำนาญเอง เริ่มต้นตั้งแต่เยาว์วัยก็จะต้องเอาใจใส่ในการศึกษาเล่าเรียน พากเพียรหาความ

รู้เอง นับตั้งแต่การศึกษาชั้นประถม ชั้นมัธยมต่อ ๆ ไปจนถึงชั้นอุดมศึกษา และแม้ถึงวัยทำงานแล้วก็ยังต้องสนใจและเอาใจใส่ในการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมในหน้าที่กิจการงานหรือในวิชาอาชีพของตนแต่ละระดับชั้น นับตั้งแต่ระดับลูกน้องหรือผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาต่อ ๆ ไป จนถึงเป็นระดับผู้บังคับบัญชา เป็นนักปกครองนักบริหารชั้นสูง เป็นต้น

ส่วนในประเด็นที่ ๒ เรื่องคุณธรรมประจำใจนั่นแหละที่อาตมาจะได้นำหลักธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาชี้แจงแสดงข้อปฏิบัติเพื่อการ **"ครองงาน"** คือเพื่อให้การประกอบกิจการงานในหน้าที่รับผิดชอบ หรือในการประกอบสัมมาอาชีวะให้ถึงความสำเร็จ ให้ถึงความเจริญและมั่นคง อันจะยังผลให้ถึงความเจริญและสันติสุขที่แท้จริงในชีวิตต่อไป

หลักการครองงาน คือหลักธรรมนำไปสู่ความสำเร็จในหน้าที่การงานและอาชีพ คือ **ความเป็นผู้มีศีลและปัญญาอันเห็นชอบ ๑ ความเป็นผู้มีกัลยาณธรรม ๑ และความเป็นผู้มีอิทธิบาทธรรม ๑**

[๑] ความเป็นผู้มีศีลและปัญญาอันเห็นชอบ

หลักธรรมเพื่อการครองงานประการแรก คือ **"ความเป็นผู้มีศีล"** อย่างน้อยศีล ๕ กล่าวโดยความหมายอย่างกว้าง ได้แก่ เจตนางดเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิตและผจญสัตว์ที่มีชีวิตให้เดือดร้อน ๑ เจตนางดเว้นจากการลักฉ้อ คดโกง และประกอบมิจฉาอาชีวะ ๑ เจตนางดเว้นจากความประพฤติผิดในกาม และหมกมุ่นหรือสำส่อนในกาม ๑ เจตนางดเว้นจากการโป้ปดมดเท็จ หมกเม็ดหรือปิดบังซ่อนเร้นความจริง ๑ เจตนางดเว้น การเสพสิ่งเสพติดมึนเมาให้โทษเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ๑

"ศีล" เป็นพื้นฐานแห่งกัลยาณธรรม คือคุณธรรมของคนดี อีกนัยหนึ่ง **"ศีล"** เป็นคุณธรรมของคนดีมีปัญญา ดังที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสกับโสณะทัณฑะพราหมณ์ *(ที. สีล. ๙/๑๙๕/๑๕๙)* มีความว่า

"ดูก่อนพราหมณ์ ข้อนี้เป็นอย่างนั้นๆ ปัญญาอันศีลชำระให้บริสุทธิ์ ศีลอันปัญญาชำระให้บริสุทธิ์ ศีลมีในบุคคลใด ปัญญาก็มีในบุคคลนั้น

ปัญญามีในบุคคลใด ศีลก็มีในบุคคลนั้น ปัญญาเป็นของบุคคลผู้มีศีล ศีลเป็นของบุคคลผู้มีปัญญา และนักปราชญ์ย่อมกล่าวศีลกับปัญญา ว่าเป็นยอดในโลก."

นี้เป็นพุทธดำรัสตรัสแก่โสณะทัณฑะพราหมณ์ ซึ่งได้ทรงแสดงว่า **"ศีล"** เป็นคุณธรรมคู่กับ **"ปัญญา"** เพราะปัญญาเป็นเครื่องชำระศีลให้บริสุทธิ์ กล่าวคือปัญญาอันเห็นชอบ ได้แก่ ปัญญาอันเห็นคุณของความเป็นผู้มีศีลและเห็นโทษของความเป็นผู้ประพฤติผิดศีลแจ้งชัดตามที่เป็นจริง **ผู้มีปัญญาจึงเป็นผู้มีศีลด้วย** และ

ศีลย่อมชำระปัญญาให้บริสุทธิ์ กล่าวคือการที่บุคคลจะมีปัญญาอันแจ้งชัดในบาป-บุญ คุณ-โทษ และเห็นทางเจริญทางเสื่อมแห่งชีวิตตามที่เป็นจริง ก็จะต้องมีกายและวาจาอันสงบเรียบร้อยดีไม่มีโทษ จึงจะสามารถอบรมจิตใจให้สงบให้หยุดให้นิ่งเป็นสมาธิแนบแน่นมั่นคงได้ จิตใจจึงจะบริสุทธิ์ผ่องใสจากกิเลสนิวรณ์เครื่องกั้นปัญญา และอ่อนโยนควรแก่การงาน พิจารณาสภาวธรรมและสัจจธรรม ให้เห็นแจ้งรู้แจ้งตามที่เป็นจริง ให้เจริญปัญญารู้แจ้งในบาป-บุญ คุณ-โทษ ให้รู้คุณของความเป็นผู้มีศีล และให้รู้

เห็นโทษของความประพฤติผิดศีล ตามที่เป็นจริงได้แจ้งชัด แล้วจึงดำรงตนประพฤติปฏิบัติตนด้วยความสำรวมระวังศีลและอินทรีย์ คือความสำรวมระวังตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เมื่อมี รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งสัมผัสทางกายมากระทบ ก็ไม่หลงสยบอยู่ในอารมณ์ที่น่ารักน่ากำหนัดยินดี และไม่หลงเคียดแค้นชิงชังในอารมณ์ที่ไม่น่ารัก อันมีผลให้เป็นผู้ที่มีศีลและปัญญาอันบริสุทธิ์ เพราะเหตุนั้นผู้มีศีลจึงเป็นผู้มีปัญญาอันเห็นคุณของการรักษาศีลและเห็นโทษของความประพฤติผิดศีลตามที่เป็นจริงได้แจ้งชัด **ผู้มีศีลจึงเป็นผู้มีปัญญาด้วย เพราะปัญญาเป็นคุณเครื่องชำระศีลให้บริสุทธิ์** และ**ศีลก็เป็นคุณเครื่องชำระปัญญาให้บริสุทธิ์ด้วยเช่นกัน**

ศีลและปัญญาอันเห็นชอบนี้แหละ **ที่เป็นคุณธรรมเครื่องช่วยให้การประกอบกิจการงานในหน้าที่รับผิดชอบหรือในอาชีพอันชอบธรรม ให้สำเร็จ คือให้ได้ผลดีมีประสิทธิภาพสูง และสามารถให้ถึงความเจริญก้าวหน้าในอาชีพหน้าที่การงาน** หรือ**ในอาชีพได้เป็นอย่างดี** ชื่อว่า **เป็นพื้นฐานอย่างสำคัญในการ "ครองงาน"**

ที่เห็นได้ง่าย ก็คือว่า บุคคลผู้มีศีลมีสัจย่อมเป็นบุคคลี่น่านับถือ น่าเชื่อถือ และน่าไว้เนื้อเชื่อใจได้มากกว่าบุคคลผู้ทุศีลเป็นธรรมดา บุคคลผู้มีความรู้ความสามารถเสมอ ๆ กัน แต่บุคคลหนึ่งเป็นคนทุศีลไม่มีศีลมีสัจ เป็นคนขี้เหล้าเมายา แต่อีกคนหนึ่งเป็นคนมีศีล หากจะต้องได้รับการพิจารณาให้ดำรงตำแหน่งที่สำคัญหรือที่สูงขึ้นไปซึ่งมีตำแหน่งเดียว บุคคลผู้มีศีลมีสัจย่อมมีโอกาสได้รับเลือกขึ้นไปดำรงตำแหน่งที่สำคัญหรือที่สูงขึ้นไปกว่าบุคคลผู้มักประพฤติผิดศีลเป็นธรรมดา **เพราะผู้ทุศีลย่อมเป็นผู้ที่ไม่น่านับถือ ไม่น่าเชื่อถือ หรือไม่น่าไว้วางใจให้รับผิดชอบกิจการงานที่มีความสำคัญ คือที่มีความรับผิดชอบสูง เท่ากับผู้มีศีลมีสัจ เป็นธรรมดาที่สุด** นอกจากนั้นความประพฤติผิดศีล โดยเฉพาะอย่างยิ่งข้อสุราเมรัย หรือยาเสพติดมึนเมาให้โทษทั้งหลายอันเป็นเครื่องบั่นทอนสุขภาพกายสุขภาพจิต และสติปัญญาความสามารถของผู้เสพและติดสิ่งเสพติดเช่นนั้น ให้อ่อนแอลงตามลำดับ ถึงความเป็นผู้ไร้สติปัญญาความสามารถในการทำงานต่อไปได้ในที่สุด อาตมาภาพได้เคยเห็นตัวอย่างเช่นนี้มาหลายคนแล้ว

เพราะเหตุนั้น **ผู้ไม่มีศีล** ก็คือ**ผู้ขาดสติปัญญาอันเห็นชอบ** เพราะความที่เป็น**ผู้ไม่เห็นคุณของศีลด้วยความเป็นคุณ** และ**ไม่เห็นโทษของความประพฤติผิดศีลโดยความเป็นโทษตามที่เป็นจริงนั่น**เอง เขาจึงดำเนินชีวิตไปสักแต่ว่ามีลมหายใจเข้า-ออกเท่านั้น แต่ขาดสติปัญญา ขาดความสำนึกรู้ผิด-ชอบ ชั่ว-ดี อยู่เสมอ เพราะเหตุนั้น **บุคคลผู้มีปกติประพฤติผิดศีลจึงไม่อาจถึงความสำเร็จและความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงานโดยชอบ** หรือ**ในอาชีพโดยชอบธรรมได้** และ**แม้จะถึงความสำเร็จได้บ้างก็ไม่ยั่งยืน** แต่ที่แน่ๆ ก็คือ **บุคคลผู้มีปกติประพฤติผิดศีล ย่อมไม่อาจถึงหรือดำรงอยู่ในความเจริญและสันติสุขในชีวิตอย่างถาวรแท้จริงได้เลย** เพราะเหตุนั้นบุคคลผู้หวังความเจริญและความสำเร็จในหน้าที่การงานหรืออาชีพโดยชอบ และหวังในความเจริญสันติสุขในชีวิต พึงเป็นผู้มีศีลด้วยปัญญาอันเห็นชอบ รักษาศีลอย่างน้อยศีล ๕ ให้บริสุทธิ์และให้สมบูรณ์อยู่เสมอ

[๒] ความเป็นผู้มีกัลยาณธรรม

คือ **ความเป็นผู้มีคุณธรรมของคนดี** ได้แก่ เป็นผู้มี**เมตตากรุณาพรหมวิหาร** คือ **ความปรารถนาที่จะให้ผู้อื่นอยู่ดีมีสุข และพ้นทุกข์** ไม่คิดแต่จะประหัตประหารกัน กล่าวโดยย่อคือ **รู้จักเห็นอกเห็นใจกัน** หรือ**รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา** นี้ประการ ๑ **ความเป็นผู้มีจิตใจโอบอ้อมอารี มีใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักเสียสละให้**หรือ**แบ่งปันความสุขส่วนตนหรือทรัพย์สินของตนเพื่อประโยชน์สุข** หรือ**เพื่อช่วยเหลือบรรเทาทุกข์ผู้อื่นและสังคมส่วนรวม** และ**การประกอบสัมมาอาชีวะ** ไม่หลอกลวงหรือเบียดเบียนผู้อื่นเขาเลี้ยงชีวิต ๑ **เป็นผู้มีความสันโดษในคู่ครองของตนและมีความสำรวมในกาม ๑ เป็นผู้มีความซื่อสัตย์และมีความจริงใจต่อกัน ๑ และเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ รู้บาป-บุญ คุณ-โทษ รู้ทางเจริญทางเสื่อมแห่งชีวิตตามที่เป็นจริงอีกประการ ๑**

แม้กัลยาณธรรม ๕ ประการนี้ ก็เป็นคุณ

เครื่องช่วยให้การประกอบกิจการในหน้าที่รับผิดชอบหรือในอาชีพ ประสบความสำเร็จและถึงความเจริญก้าวหน้า และ**มั่นคงได้** ที่เห็นได้ง่ายคือ บุคคลผู้มีเมตตากรุณาพรหมวิหาร รู้จักเห็นอกเห็นใจกัน เป็นผู้มีจิตใจโอบอ้อมอารี มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ผู้อื่น ย่อมเป็นที่รักและเป็นที่ปรารถนาจะคบค้าสมาคมด้วยของคนทั้งหลาย คือย่อมเป็นที่รัก-ที่นับถือของผู้ใหญ่/ผู้บังคับบัญชา ของเพื่อนร่วมงานผู้อยู่ในฐานะหรือตำแหน่งที่เสมอกัน และย่อมเป็นที่รัก-นับถือของผู้น้อย หรือผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาและญาติมิตรทั้งหลาย โดยนัยนี้ย่อมได้รับความอุปการะเกื้อหนุนสนับสนุนและความร่วมมือช่วยเหลือกิจการงานในหน้าที่หรือในอาชีพของตนจากบุคคลทุกฝ่ายทุกระดับ ให้สามารถประสบความสำเร็จ ได้ถึงความเจริญก้าวหน้า และให้มีความมั่นคงในหน้าที่กิจการงานหรือในอาชีพของตนได้เป็นอย่างดี

[๓] ความเป็นผู้มีอิทธิบาทธรรม

"อิทธิบาทธรรม" คือ **คุณธรรม** กล่าวคือ **ข้อปฏิบัตินำไปสู่ความสำเร็จและความเจริญ**

ก้าวหน้าในหน้าที่กิจการงานหรือในอาชีพโดยชอบธรรมโดยตรง ได้แก่

[๑] **ฉันทะ ความรักงาน** คือ จะต้องเป็นผู้รักงานที่ตนมีหน้าที่รับผิดชอบอยู่ และทั้งจะต้องเอาใจใส่กระตือรือร้นในการเรียนรู้งาน และเพิ่มพูนวิชาความรู้ความสามารถในการทำกิจการงาน และมุ่งมั่นที่จะทำงานในหน้าที่รับผิดชอบหรือกิจการงานอาชีพของตนให้สำเร็จเรียบร้อยอยู่เสมอ ไม่เป็นคนผลัดวันประกันพรุ่ง ไม่ปล่อยให้กิจการงานคั่งค้างเป็นดินพอกหางหมู ต้องทำงานด้วยใจรัก จิตใจจึงมีพลังกล้าแข็ง ผลักดันให้กิจการงานที่ทำนั้นสำเร็จด้วยดี มีประสิทธิภาพสูงได้ การทำกิจการงานใด ๆ ถ้าขาดใจรักที่จะทำแล้วกิจการงานนั้นหวังความสำเร็จและความเจริญได้ยาก เหมือนดังเช่น นักเรียน นักศึกษา ถ้าใจไม่รักเรียน หรือเรียนด้วยจิตใจท้อแท้แล้ว ผลการเรียนย่อมไม่ดี คือย่อมตกต่ำหรือเรียนไม่สำเร็จ เพราะฉะนั้น ต้องปลูกใจรักในกิจการงานในหน้าที่ที่ตนรับผิดชอบ หรือในอาชีพของตน จึงจะถึงความสำเร็จและความเจริญก้าวหน้าได้

[๒] **วิริยะ ความเพียร** จะต้องเป็นผู้มีความ

ขยันหมั่นเพียร ประกอบด้วยความอดทน ไม่ย่อท้อต่อความยากลำบากในการประกอบกิจการงานในหน้าที่หรือในอาชีพของตน จึงจะถึงความสำเร็จและความเจริญก้าวหน้าได้ ผู้มีปกติเกียจคร้านในการทำกิจการงานหรือผู้มีปกติหยิบโหย่ง กรีดกราย ไม่อดทนต่อความยากลำบากแล้ว ยากที่จะกระทำกิจการใด ๆ ให้สำเร็จด้วยดีได้ ยิ่งถ้าเป็นกิจการงานหรือโครงงานใหญ่ ๆ ที่มีความรับผิดชอบสูง ก็ยิ่งต้องอาศัยความมานะพากเพียรบากบั่นในการทำกิจการงานของผู้ดำเนิน กิจการงานทุกระดับ ด้วยความอดทนอย่างสูง จึงจะสำเร็จด้วยดี มีประสิทธิภาพสูงได้

[๓] **จิตตะ ความเป็นผู้มีใจจดจ่ออยู่กับการงาน** ผู้ที่จะทำงานได้สำเร็จด้วยดีมีประสิทธิภาพนั้น จะต้องเป็นผู้เอาใจใส่ต่อกิจการงานที่ทำและมุ่งกระทำงานอย่างต่อเนื่องจนกว่าจะสำเร็จ ไม่ทอดทิ้งหรือวางธุระเสียกลางคัน ไม่เป็นคนจับจด หรือทำงานแบบทำ ๆ หยุด ๆ เหมือนกิ้งก่าที่มีปกติคลาน ๆ ไปหน่อยก็หยุดเสียแล้ว ไม่มุ่งต่อไปให้ถึงจุดหมายปลายทางให้สำเร็จ กิจการงานจึงล้มเหลวหรือสำเร็จได้ยาก

สำหรับการบริหารกิจการงานของหน่วย

งานหรือองค์กรที่มีความรับผิดชอบสูงๆ ที่มีวิธีการบริหารที่ทันสมัย หัวหน้าหน่วยงานหรือผู้บริหารจะต้องคอยดูแลเอาใจใส่ **“ติดตามผลงาน”** หน่วยงานต่างๆ ภายในองค์กรของตนเพื่อประกอบการพิจารณาวินิจฉัยตัดสินใจและสั่งการให้กิจการงานทุกหน่วยดำเนินตามนโยบาย และแผนงาน ให้ถึงความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ โดยจะมีหน่วยงานทำหน้าที่ **“ติดตามผลงาน”** และ/หรือ **“ตรวจงาน”** เพื่อทำหน้าที่คอยเป็นหูเป็นตา คือติดตามผลงานและตรวจงาน แล้วรายงาน**ความคืบหน้าของงานแต่ละหน่วยให้ผู้บังคับบัญชา** หน่วยเหนือทราบเป็นระยะๆ เพื่อประกอบการวินิจฉัยและสั่งการให้การ ดำเนินกิจการงานแต่ละหน่วย ปฏิบัติให้สำเร็จตามวัตถุประสงค์

หน่วยงานหรือองค์กรที่หัวหน้าหน่วยหรือผู้บังคับบัญชา เอาแต่สั่งลูกน้องให้ทำโดยที่ตนเองไม่เอาใจใส่ติดตามผลงาน หรือตรวจตราดูงานให้รู้ความคืบหน้า ให้รู้ปัญหาหรืออุปสรรคในการทำงานของผู้น้อย หรือผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาแล้ว กิจการงานทั้งหลายที่ตนได้แต่สั่ง ๆ ออกไป

นั้น ย่อมยากที่จะสำเร็จด้วยดีมีประสิทธิภาพสูงได้

[๔] **วิมังสา ความเป็นผู้รู้จักพิจารณาเหตุสังเกตผลในการปฏิบัติงานของตนเอง** และของผู้น้อยหรือของผู้อยู่ใต้บังคับบัญชา ว่า ดำเนินไปตามนโยบายและแผนงานที่วางไว้หรือไม่ ได้ผลสำเร็จหรือมีความคืบหน้าไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้หรือไม่เพียงไร มีอุปสรรคหรือปัญหาที่ควรได้รับการปรับปรุงแก้ไขวิธีการทำงาน หรือวิธีการบริหารกิจการนั้นๆ ให้สำเร็จตามวัตถุประสงค์ได้อย่างไร ขั้นตอนนี้เป็นการนำข้อมูลจากที่ได้ติดตามประเมินผลงานหรือตรวจงานนั้นแหละมาวิเคราะห์ วิจัย ให้ทราบเหตุผลของปัญหาหรืออุปสรรคข้อขัดข้องในการทำงานแล้วพิจารณาแก้ไขปัญหาเหล่านั้น และปรับปรุงพัฒนาวิธีการทำงานให้ดำเนินไปสู่ความสำเร็จ ให้ถึงความเจริญก้าวหน้ายิ่งๆ ขึ้นไปได้ สำหรับหน่วยงานหรือองค์กรใหญ่ๆ ที่มีความรับผิดชอบสูง ที่มีวิธีการบริหารงานทันสมัย เขาจึงมักจะมีหน่วยงาน "วิจัยและประเมินผล" หรือถ้าเป็นหน่วยงานที่ไม่ใหญ่โตนักก็จะรวมหน่วยงานติดตามและประเมินผลงานเข้า

เป็นหน่วยงานเดียวกัน เพื่อให้ทำหน้าที่วิเคราะห์วิจัยข้อมูลจากการติดตามผลและการตรวจงาน เพื่อศึกษาให้ทราบเหตุผลของปัญหาและการปรับปรุงพัฒนาวิธีการทำงานให้ดำเนินไปถึงความสำเร็จด้วยดีมีประสิทธิภาพสูง เสนอต่อผู้บังคับบัญชาหน่วยเหนือให้ทราบ เพื่อพิจารณาและวินิจฉัยสั่งการต่อไป

อนึ่ง **อิทธิบาทธรรม** ข้อ **"วิมังสา"** คือ **ความเป็นผู้รู้จักพิจารณาเหตุ สังเกตุผลในการทำงานให้ได้ผลดี**นี้ กล่าวโดยความหมายอย่างกว้าง จะเห็นมีข้อปฏิบัติที่จะช่วยให้การปฏิบัติงานในหน้าที่รับผิดชอบหรือในการประกอบสัมมาอาชีวะให้ได้ผลดีและมีความเจริญมั่นคงข้ออื่นๆ อีก ที่ในวงวิชาการบริหารได้ศึกษาวิจัยเห็นผลดีมาแล้ว ได้แก่

[๑] **เป็นผู้มีบุคลิกของความเป็นผู้นำที่ดี คือเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี** มีกิริยาวาจาที่สุภาพอ่อนโยน แต่องอาจผ่าเผย มีจิตใจที่ตั้งมั่นเข้มแข็งอยู่ในหลักธรรมของนักปกครอง/นักบริหารที่ดี คือเป็นผู้มั่นคงอยู่ในหลักแห่งความถูกต้อง เหมาะสม บริสุทธิ์และยุติธรรม ไม่อ่อนแอปวกเปียกในการวินิจฉัยสั่งการ เป็นผู้รู้งาน รู้กาลเวลาที่เหมาะสม รู้เขา-รู้เรา

รู้ประชุมชน และรู้สถานการณ์ ประกอบด้วยวิสัยทัศน์ที่เฉียบคมและกว้างไกล เป็นต้น

[๒] **ความเป็นผู้มีมนุษย์สัมพันธ์ที่ดี** คือ เป็นผู้วางตนได้ดี คือ ประพฤติปฏิบัติตนต่อบุคคลในวงงาน ในวงสังคมและญาติมิตรได้เหมาะสมในทุกที่ทุกโอกาส ให้เป็นที่พึ่ง ที่อบอุ่นใจของลูกน้อง ให้เป็นที่วางใจของผู้ใหญ่/ผู้บังคับบัญชา ให้เป็นที่รัก ที่นับถือของสมาชิกในครอบครัว ในวงงานและญาติมิตร ต้องรู้จักเข้ากับคนให้ดี แต่ต้องรู้จักคบแต่คนดีเป็นมิตรอีกด้วย

[๓] **ความเป็นผู้รู้สำนึกในหน้าที่ความรับผิดชอบ** ต่อตนเอง ต่อครอบครัว ต่อวงงาน และต่อสังคมประเทศชาติโดยส่วนรวม ไม่เป็นคนมีจิตใจคับแคบ หรือเห็นแก่ตัวจัด

[๔] **รู้จักทำงานเป็นหมู่คณะด้วยสามัคคีธรรม** ไม่เป็นคนมากด้วยมานะทิฏฐิ หลงตัวเองว่า "ฉันเก่งคนเดียว" ให้รู้จักลดมานะทิฏฐิ ฟังคนอื่นเสียบ้าง เพราะสี่ตีนยังรู้พลาดนักปราชญ์ยังรู้พลั้ง สองตีนโด่เด่ก็อาจซวนเซได้บ้าง

[๕] **ให้รู้จักยืดหยุ่น ผ่อนหนักผ่อนเบา**

และรู้จักประนีประนอม ประสานประโยชน์โดยไม่เสียหลักการ คือ ไม่เสียหลักแห่งความถูกต้อง เหมาะสม บริสุทธิ์ ยุติธรรม

[๖] **ให้รู้จักมีความคิดริเริ่มโครงงานใหม่ ๆ วิธีการทำงานใหม่ ๆด้วยวิสัยทัศน์กว้างไกล** มีความเฉลียวและฉลาดในอุบายแห่งความเจริญและอุบายลดความเสื่อม และความเสี่ยงบ้าง ให้รู้จักแปลงวิกฤตให้เป็นโอกาสที่จะกระทำกิจการงานให้ได้สำเร็จด้วยดีและให้กลับมีความเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นเป็นลำดับ ฯลฯ ดังนี้เป็นต้น ก็จะสามารถถึงความสำเร็จ และความเจริญมั่นคงในหน้าที่กิจการงานหรือในอาชีพได้ดียิ่งขึ้น

กล่าวโดยสรุป หลักการครองงานที่ได้ผลดีที่สุด ก็คือ ความเป็นผู้มีศีล มีกัลยาณธรรม และมีอิทธิบาทธรรม เป็นคุณธรรมประจำใจ บุคคลใดหรือหน่วยงานใด มีบุคคลผู้มีศีล **มีคุณธรรม** คือ **มีกัลยาณธรรม**คือ**คุณธรรมของคนดี** ได้แก่ ความเป็นผู้มีเมตตากรุณาธรรม ๑ ไม่ลักฉ้อ/คดโกง และประกอบแต่สัมมาอาชีวะ รู้จักเสียสละให้หรือแบ่งปัน ๑ มีความสันโดษในคู่ครองของตนและสำรวมใน

กาม ๑ มีสัจจะและความจริงใจต่อกัน ๑ และมีสติสัมปชัญญะ รู้ผิด-ชอบ ชั่ว-ดี รู้ทางเจริญ/ทางเสื่อมแห่งชีวิต ๑ และมี**อิทธิบาทธรรม** คือ **ฉันทะ** ความรักงาน **วิริยะ** ความขยันหมั่นเพียรในการทำงาน **จิตตะ** ความเอาใจใส่ มีใจจดจ่ออยู่กับงานในหน้าที่รับผิดชอบ และ**วิมังสา** ความรู้จักพิจารณาเหตุสังเกตผลในการทำงาน **เป็นคุณธรรมประจำใจอยู่เพียงไร การทำกิจการงานในหน้าที่รับผิดชอบหรือการประกอบอาชีพโดยชอบธรรมของบุคคลนั้นหรือหน่วยงานนั้น ย่อมถึงความสำเร็จและย่อมถึงความเจริญก้าวหน้าและมั่นคงได้เพียงนั้น และบุคคลนั้นหรือหน่วยงานนั้น ย่อมถึงความเจริญรุ่งเรืองและสันติสุขในชีวิตได้ไม่มีเสื่อมเลย**

หลักการครองเรือน

เมื่อจะกล่าวถึงหลักธรรมอันเป็นข้อปฏิบัติในการครองเรือน ก็จะขอเจริญพรทำความเข้าใจไว้เป็นเบื้องต้นก่อนว่า อาตมภาพจะได้กล่าวถึง**ข้อปฏิบัติโดยธรรม** คือข้อปฏิบัติในการครองเรือน ตามหลักธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้สมาชิกในครอบครัวดำเนินไปในแนวทางแห่งความเจริญและสันติสุขอย่างมั่นคงร่วมกัน ไม่เป็นไปในแนวทางเสื่อมหรือเป็นโทษเป็นความทุกข์เดือดร้อนได้ในภายหลัง กล่าวคือ จะได้กล่าวเฉพาะ**ข้อปฏิบัติโดยธรรมระหว่างคู่ครอง** หรือ**คู่สมรส ให้อยู่ร่วมกันด้วยความร่มเย็นเป็นสุข ตามสมควรแก่ฐานะของครอบครัว** ไม่เกี่ยวด้วยข้อปฏิบัติอันเป็นศิลป์ในการครองรักตามอำนาจของตัณหาหรือราคะกิเลส อันเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์เดือดร้อนได้ในภายหลัง

หลักการครองเรือน

ณ ที่นี้หมายถึง การมีและการดำเนินชีวิต

(ออกอากาศทางสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย กรมประชาสัมพันธ์ เมื่อวันอาทิตย์ที่ ๑๙ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๔๓)

ครอบครัว โดยความตกลงใจอยู่กินร่วมกันฉันสามีภรรยา ไม่ว่าจะโดยพฤตินัย และ/หรือโดยนิตินัยก็ตาม รวมทั้งการมีและการปกครองดูแลบุตรและบริวารในครอบครัวอีกด้วย

วันนี้ อาตมภาพจะได้ยกเอาพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า อันเป็นข้อปฏิบัติที่ดีแก่การครองเรือน ให้เกิดความอบอุ่นและสงบสุขภายในครอบครัว พร้อมด้วยตัวอย่างจากประสบการณ์ และ/หรือข้อปฏิบัติโดยธรรมที่ผู้รู้ได้ศึกษาและเสนอแนะไว้อย่างสอดคล้องต้องกับหลักศีลธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พอเป็นเครื่องประดับสติปัญญาแก่สาธุชนผู้สนใจในการศึกษาสัมมาปฏิบัติ ต่อไป

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ตรัสข้อควรปฏิบัติดีต่อกันระหว่างสามี-ภรรยา มีปรากฏในสิงคาลสูตร *(ที. ปาฏิ. ๑๑/๒๐๑/๒๐๔)* ว่าดังนี้

ดูก่อนคฤหบดีบุตร

ภรรยาผู้เป็นทิศเบื้องหลัง

อันสามีพึงบำรุงด้วยสถาน ๕

คือ **ด้วยยกย่องว่าเป็น**

ภรรยา ๑ ด้วยไม่ดูหมิ่น ๑

ด้วยไม่ประพฤตินอกใจ ๑
ด้วยมอบความเป็นใหญ่ให้ ๑
ด้วยให้เครื่องแต่งตัว ๑

ดูก่อนคฤหบดีบุตร
ภรรยาผู้เป็นทิศเบื้องหลัง
อันสามีพึงบำรุงด้วยสถาน ๕
เหล่านี้แล้ว ย่อมอนุเคราะห์
สามีด้วยสถาน ๕ คือ **จัดการงานดี ๑ สงเคราะห์คนข้างเคียงของสามีดี ๑ ไม่ประพฤตินอกใจสามี ๑ รักษาทรัพย์ที่สามีทำมาหาได้ ๑ ขยัน ไม่เกียจคร้านในกิจการทั้งปวง ๑**

ดูก่อนคฤหบดีบุตร ภรรยาผู้เป็นทิศเบื้องหลังอันสามีบำรุงด้วยสถาน ๕ เหล่านี้แล้ว ย่อมอนุเคราะห์สามีด้วยสถาน ๕ เหล่านี้ ทิศเบื้องหลังนั้น ชื่อว่า อันสามีปกปิด ให้เกษมสำราญ ให้ไม่มีภัย ด้วยประการฉะนี้.

นี้เป็นพระพุทธดำรัสตรัสแก่สิงคาลกคฤหบดีบุตร ในสมัยที่ประทับอยู่ ณ พระวิหารเวฬุวัน แล้วเสด็จเข้าไปบิณฑบาตยังกรุงราชคฤห์ ได้เห็นสิงคาลกะกำลังประคองอัญชลีนอบน้อมไหว้ทิศทั้งหลาย

อยู่ จึงได้ทรงแสดงธรรมว่าด้วยทิศ ๖ อันอริยสาวกในพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้า เป็นผู้กระทำความป้องกันในทิศทั้งหลายเหล่านี้ คือ ปฏิบัติต่อกันด้วยดี ให้เกิดความเกษมสำราญ ให้ไม่มีภัย กล่าวคือ ให้ถึงความอบอุ่น ปลอดภัย และสงบสุข อันเป็นข้อปฏิบัติที่ดีสำหรับการครองใจคน และการครองเรือน นั่นเอง

ท่านผู้ฟังพึงทราบว่า ประเพณีการดำเนินชีวิตของผู้ครองเรือนในสมัยพุทธกาล ตลอดจนถึงสมัยโบราณของไทยเรา มีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน คือ สามีทำหน้าที่เป็นผู้นำครอบครัวทั้งในการประกอบการทำมาหาเลี้ยงชีพ และในการกระทำความคุ้มครองป้องกันภัยแก่ภรรยาและบุตร บริวารในครอบครัวของตน สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ตรัสถึงฐานะของสมาชิกภายในครอบครัวว่า สามีเป็นทิศเบื้องหน้า ส่วนภรรยาและบุตรนั้นเป็นทิศเบื้องหลัง ที่สามีจะพึงปกป้องให้มีความเกษมสำราญ และให้ไม่มีภัย โดยบำรุงภรรยาด้วยสถาน ๕ และฝ่ายภรรยาอันสามีบำรุงด้วยสถาน ๕ แล้วก็ย่อมอนุเคราะห์สามีด้วยสถาน ๕ ด้วยเช่นกัน

สรุปความว่า ทั้ง**สามีและภรรยาพึงจะต้อง**

ปฏิบัติดีต่อกันทั้งสองฝ่าย คือ **สามีพึงบำรุงภรรยา ๕ สถาน** และภรรยาก็พึงอนุเคราะห์สามี**ด้วยการ ประพฤติปฏิบัติดีต่อสามี ๕ สถาน** ด้วยเช่นกัน การดำเนินชีวิตครอบครัว จึงจะราบรื่น อบอุ่นและมีความสงบสุข

สามีอันภรรยาอนุเคราะห์ คือ ปฏิบัติดีแล้ว พึงบำรุงภรรยาด้วยสถาน ๕ คือ

[๑] สมมานนาย
ด้วยการยกย่องว่าเป็นภรรยา

สามีที่ดีพึงยกย่องภรรยาทั้ง **โดยนิตินัย** ได้แก่ การยอมรับว่าเป็นภรรยาโดยชอบด้วยกฎหมาย ด้วยการจดทะเบียนสมรสให้ถูกต้องตามกฎหมาย และ**โดยพฤตินัย** ได้แก่ การยอมรับและยกย่องให้เกียรติในสังคมว่าเป็นภรรยา เช่น การนำภรรยาเข้าสู่สังคม ให้เกียรติ/ยกย่องภรรยาตามโอกาสอันสมควร

การแสดงการยอมรับ การให้เกียรติ และยกย่องภรรยา ทั้งโดยนิตินัย และโดยพฤตินัยตามสมควรแก่โอกาส เช่นนี้ ย่อมเป็นทั้งคุณเครื่องยังความอบอุ่นใจแก่ภรรยา ผู้ตั้งใจอนุเคราะห์และปฏิบัติดีต่อ

สามี และเป็นทั้งคุณเครื่องช่วยให้ภรรยามีความรักผูกพันต่อสามีด้วยความจงรักภักดีอย่างมั่นคง และทั้งมีผลไปถึงความอบอุ่นใจของบุตรและบริวารในครอบครัวเป็นอย่างดี และประการสำคัญก็คือ **เป็นการแสดงถึงความรับผิดชอบของสามีต่อครอบครัว คือ ต่อภรรยาและบุตรอย่างสมฐานะของชายชาตรี อันนับเป็นผู้นำครอบครัวที่ดี อีกด้วย**

เพราะเหตุนี้ในวงสังคมชั้นดีของไทยและนานาชาติจึงต่างยอมรับ **การยอมรับ**และ**การยกย่องให้เกียรติแก่ภรรยา** ว่า **เป็นวัฒนธรรมที่ดี**

ฉะนั้น เมื่อมีการเชิญกันไปร่วมในงานสังคมต่างๆ จึงนิยมเชิญทั้งสามีและภรรยา หากเจ้าภาพเชิญแต่เฉพาะฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง โดยไม่มีเหตุอันสมควรแล้ว ผู้รับเชิญก็จะถือว่าไม่ให้เกียรติกันเลยทีเดียว และอีกประการที่สำคัญก็คือว่า

ในระหว่างบุคคลผู้มีความรู้ความสามารถพอๆ กัน แต่มีความรับผิดชอบต่อครอบครัวต่างกัน หากจะมีการคัดเลือก หรือเลือกตั้งบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ให้เข้าดำรงตำแหน่งที่สำคัญระดับผู้นำ หรือผู้บริหารองค์กรที่มีความรับผิดชอบสูง สังคมหรือผู้มีหน้า

ที่รับผิดชอบในการคัดเลือก หรือเลือกตั้ง **ย่อมยอมรับ** หรือ**คัดเลือกบุคคลผู้มีความรับผิดชอบต่อครอบครัวดี มากกว่าที่จะยอมรับ** หรือ**คัดเลือกบุคคลผู้ขาดสำนึกในหน้าที่ความรับผิดชอบต่อครอบครัวเป็นธรรมดา** โดยเหตุผลที่ว่า แม้ครอบครัวของตนเองซึ่งเป็นเพียงสังคมเล็กๆ ที่อยู่ใกล้ชิดตนเองที่สุด ก็ยังจัดการให้ดี คือให้อบอุ่นและสงบสุขไม่ได้ แล้วจะรับผิดชอบต่อองค์กรใหญ่ๆ ที่มีความรับผิดชอบสูงให้ดีได้อย่างไร

ผู้คนในสังคมยุคปัจจุบันที่มีการติดต่อสื่อสาร รับ-ส่ง ข้อมูลถึงกันอย่างรวดเร็วที่เรียกว่า **"ยุคโลกาภิวัฒน์"** นี้ ค่อนข้างจะรู้จักคุณค่าของพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าน้อยลงๆ การรู้จักผิด-ชอบชั่ว-ดี การรู้จักมีความละอายและเกรงกลัวต่อบาปอกุศลมีน้อยลง และแม้วัฒนธรรมที่ดี อันเป็นที่ยอมรับของนานาชาติที่เจริญแล้วอย่างนี้ ก็ดูไม่ค่อยจะรู้จักกันแล้ว จึงปรากฏข่าวพฤติกรรมที่เรียกว่า **"ไข่ทิ้งกะเรี่ยกะราดเหมือนเป็ด"** หรือยิ่งซ้ำร้ายไปอีก คือมีข่าวว่าเดี๋ยวนี้เยาวชนของชาติระดับชั้นอุดมศึกษาบางกลุ่มบางสถาบัน มีคตินิยมที่ต่ำลงไป ถึงขั้นที่เรียกว่า **"ฟัน**

แล้วทิ้ง” กันแล้ว ซึ่งแสดงถึงอัธยาศัยใจคอที่ไร้ศีลธรรมประจำใจ เป็นคนมักง่าย จิตใจคับแคบ เห็นแก่ตัวจัดเป็นการเพาะนิสัยที่ชอบประพฤติตนลอยตัวอยู่เหนือปัญหา กลายเป็นผู้มีอัธยาศัยที่ชอบหลีกเลี่ยงปัญหาและทอดทิ้งภาระหน้าที่ความรับผิดชอบของตน ซึ่งกำลังมีเพิ่มมากขึ้นทุกทีในสังคมยุคนี้ จนเป็นที่น่าเป็นห่วงอนาคตของชาติ ว่าต่อไปในกาลข้างหน้า แม้ในระยะอันใกล้นี้ก็เถอะ ประเทศชาติของเราจะมีคนในชาติที่มีคุณธรรม คือ มีศีลมีธรรมประจำใจ มีความสำนึกในหน้าที่ความรับผิดชอบจริง ๆ ต่อสังคม นับตั้งแต่สังคมย่อย เช่นสังคมครอบครัวจนถึงสังคมใหญ่ คือประเทศชาติสักกี่คน

ควรที่ผู้เป็นหัวหน้าครอบครัว ตลอดถึงผู้นำสังคมทุกระดับจะพึงปฏิบัติตนด้วยดี มีศีลมีธรรม มีความสำนึกในหน้าที่ความรับผิดชอบต่อครอบครัวและต่อสังคมให้ดี จึงจะสามารถบริหารครอบครัว สังคมและประเทศชาติ ให้ถึงความร่มเย็นและสันติสุขที่แท้จริงได้ และจึงจะเป็นตัวอย่างที่ดีแก่ลูกหลาน หรืออนุชนรุ่นหลัง ให้ถือเอาเป็นเยี่ยงอย่างในความเป็นผู้นำที่ดีของครอบครัวของสังคมและประเทศชาติสืบต่อไปได้

[๒] อวิมานยาย
ด้วยความไม่ดูหมิ่นภรรยา

เมื่อตกลงปลงใจที่จะใช้ชีวิตร่วมกัน อยู่กินด้วยกันฉันสามีภรรยาแล้ว สามีไม่พึงปฏิบัติต่อภรรยาด้วยอาการและวาจาอันเป็นการดูหมิ่น ดูแคลนภรรยา ทั้งต่อหน้าและลับหลัง เช่น ชอบตำหนิติเตียนอย่างไม่ไว้หน้า หรือดุด่าภรรยาด้วยกิริยาวาจา ก้าวร้าว หยาบคาบ ไร้มารยาทอย่างรุนแรงหรืออย่างสาดเสียเทเสีย อันยังความเจ็บช้ำน้ำใจแก่ภรรยาให้ไม่มีกำลังใจที่จะประพฤติดีต่อตัวสามี ก่อให้เกิดความเบื่อหน่าย ให้สิ้นความจงรักภักดี และถึงความแตกร้าวได้ง่าย

สามีพึงปฏิบัติต่อภรรยา ด้วยความเมตตากรุณาธรรม คือปรารถนาที่จะให้ภรรยาอยู่ดีมีสุขและให้พ้นทุกข์ กล่าวคือ พึงปฏิบัติต่อภรรยาด้วยความรักความเมตตา เห็นอกเห็นใจกัน มีปัญหาข้องใจ ขัดเคืองใจหรือไม่ถูกอกถูกใจกันอย่างไร ก็พูดจาทำความเข้าใจกันด้วยดี แนะนำกันด้วยอุบายวิธีที่ดีด้วยความระมัดระวัง ไม่ให้กระทบกระเทือนจิตใจกัน

พึงให้รู้จักยกย่องให้เกียรติภรรยาในโอกาสอันสมควร ไม่เอาแต่ใจตนเองเป็นใหญ่ ให้รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเราให้มาก ก็จะสามารถผูกใจภรรยาให้มีความจงรักภักดีต่อตนหนักแน่นมั่นคงยิ่งขึ้น อันจะยังความอบอุ่นและความสงบสุขให้บังเกิดมีแก่ทั้งตนเองและครอบครัว ได้มาก

[๓] อนติจริยาย
ด้วยความไม่ประพฤตินอกใจ

สามีไม่พึงประพฤตินอกใจภรรยา สามีพึงปฏิบัติต่อภรรยาด้วยความเห็นอกเห็นใจ คือรู้จัก **"เอาใจเขามาใส่ใจเรา"** ว่า ของใครๆ ก็รัก ของใครๆ ก็หวงแหน สามีย่อมชอบใจที่ภรรยามีความซื่อสัตย์จงรักภักดีต่อตน ไม่นอกใจตน **ฉันใด** ภรรยาก็มีหัวใจ มีเลือดมีเนื้อหัวใจเหมือนสามีนั่นแหละ คือย่อมชอบใจที่สามีจะมีความซื่อสัตย์ต่อตน ไม่นอกใจตน **ฉันนั้น**เหมือนกัน ความประพฤตินอกใจภรรยา ย่อมเป็นเหตุแห่งความแตกร้าว ภายในครอบครัว ถึงความแตกแยก อันทำให้สมาชิกในครอบครัว คือ ทั้งภรรยาและบุตร ขาดความอบอุ่น และขาดความสงบสุข

เพราะฉะนั้น ทั้งสามีและภรรยาจึงไม่พึงประพฤตินอกใจกัน พึงมีความสันโดษในคู่ครองของตนด้วยกันทั้ง ๒ ฝ่าย เพราะความประพฤตินอกใจกันนอกจากจะเป็นเหตุแห่งการวิวาท ทะเลาะเบาะแว้งขั้นรุนแรงถึงเลือดตกยางออก หรือถึงชีวิตเพราะพิษรักแรงหึงแล้ว ยังเป็นอัปมงคล คือเป็นเหตุให้เกิดความเสื่อมเสียชื่อเสียง เป็นเหตุให้เสียทรัพย์ ให้เสียสุขภาพ และเสี่ยงต่อโรคติดต่อร้ายแรงหลายชนิด เช่น โรคเอดส์ กามโรค วัณโรค และ/หรือ โรคจากการติดเชื้อไวรัสต่างๆ เป็นต้น ได้ง่าย และแม้หน้าที่กิจการงานก็ไม่เจริญ และไม่มั่นคงเท่าที่ควรอีกด้วย และยิ่งถ้าเป็นผู้มักมากในกามคุณ หมกมุ่นอยู่แต่ในกิเลสกาม ไม่มีความสำรวมในกามเพียงไร ผู้เช่นนั้นย่อมจะหาความสันติสุขที่แท้จริงในชีวิตไม่ได้เพียงนั้น และเมื่อแตกกายทำลายขันธ์ คือตายไปในขณะที่จิตใจยังติดอยู่ในกามคุณเช่นนั้น จิตใจย่อมเศร้าหมองด้วยกิเลส ตัณหา อุปาทาน อันจะเป็นชนกกรรมนำไปสู่ทุคติ หรืออบายภูมิ คือให้ไปเกิดในที่ไม่ดี ที่ไม่เจริญ เช่น ไปเกิดในภพภูมิของเปรต สัตว์นรก หรือสัตว์เดรัจฉาน เป็นต้น ได้ง่าย สมดังพระพุทธภาษิต

(ม.มู. ๑๒/๙๒/๖๔) ว่า)

จิตฺเต สงฺกิลิฏฺเฐ ทุคฺคติ ปาฏิกงฺขา

แปลความว่า : **เมื่อจิตเศร้าหมองแล้ว ทุคติเป็นที่หวังได้**

[๔] อิสฺสริยโวสฺสคฺเคน

ด้วยมอบความเป็นใหญ่ในครอบครัวให้

ณ ที่นี้ หมายถึง มอบความไว้วางใจให้ดูแลรับผิดชอบกิจการ บ้านเรือน การเงินและทรัพย์สินของครอบครัว และให้ปกครองดูแลบุตร บริวารในครอบครัว เป็นต้น อีกด้วย ดังนี้ ย่อมยังภรรยาให้มีความภูมิใจ และความตั้งใจอนุเคราะห์ คือปฏิบัติดีต่อสามีด้วยความจงรักภักดียิ่งขึ้นเป็นธรรมดา

ยุคนี้สมัยนี้ สามี-ภรรยา ต่างช่วยกันทำมาหารายได้ และสามี-ภรรยาบางคู่ใช้เงินคนละกระเป๋า อย่างนี้เป็นการไม่ไว้วางใจกัน และจะไม่มี เครื่องผูกพันกันในทางจิตใจที่หนักแน่นมั่นคง ดังเช่นที่คู่สามี-ภรรยาที่รวมเป็นสินสมรสด้วยกัน แล้วจึงแบ่งสรรงบประมาณรายจ่ายภายในครอบครัวและเก็บออมทรัพย์ให้เหมาะสมกับรายได้โดยส่วนรวมร่วมกัน สามี-ภรรยาประเภทแยกกระเป๋าเงินกัน เมื่อมีปัญหาข้อขัด

แย้งเกิดขึ้นจึงมักจะแตกแยกกันได้ง่าย

อนึ่ง กล่าวมาถึงตอนนี้ อาจจะมีผู้ฟังอยากจะคัดค้านว่า ก็ถ้าภรรยาเป็นแบบ **“แม่กะเฌอก้นรั่ว”** คือ **ชอบใช้จ่ายเงินสุรุ่ยสุร่าย ไม่รู้จักประหยัด** หรือว่า **ติดอบายมุข** เช่น **ชอบเล่นการพนัน** ถ้าสามีมอบความเป็นใหญ่ให้ดูแลรับผิดชอบเรื่องการเงินการทอง หรือทรัพย์สมบัติของครอบครัวจะมิฉิบหายใหญ่หรือ? ปัญหาข้อนี้ ย่อมเป็นจริงอย่างนั้น แต่ ณ ที่นี้ หมายถึงว่า คู่สามีภรรยาจะต้องปฏิบัติดีต่อกันทั้ง ๒ ฝ่าย กล่าวคือ **ภรรยาอันสามีบำรุงด้วยดีก็จะต้องปฏิบัติดีต่อสามีด้วยเช่นกัน**ดังจะกล่าวต่อไปในข้อที่ภรรยาพึงปฏิบัติดีต่อสามีอย่างไร

[๕] อลงฺการานุปฺปทาเนน ด้วยการให้เครื่องแต่งตัว หรือของขวัญที่ดีงาม แก่ภรรยาตามสมควรแก่ฐานะและโอกาส

นี้ก็เป็นเครื่องผูกใจของภรรยาให้ปฏิบัติดีต่อสามีด้วยความจงรักภักดี ส่วนสามีที่มีใจคับแคบหรือแล้งน้ำใจต่อภรรยา ก็ยากที่ภรรยาจะมีความภูมิใจใน

สามี และจะมีกำลังใจในการปฏิบัติต่อสามีด้วยความเต็มใจและด้วยความจงรักภักดีได้

ภรรยาอันสามีบำรุงด้วยสถาน ๕ แล้ว พึงอนุเคราะห์สามีด้วยสถาน ๕ คือ

[๑] **สุสํวิหิตกมฺมนฺตา** จัดการงานดี

[๒] **สุสงฺคหิตปริชนา** สงเคราะห์คนข้างเคียงของสามีดี

[๓] **อนติจารินี** ไม่ประพฤตินอกใจสามี

[๔] **สมฺภตญฺจ อนุรกฺขติ ทกฺขา** รักษาทรัพย์ที่สามีทำมาหาได้

[๕] **อนลสา สพฺพกิจฺเจสุ** ขยันขันแข็ง ไม่เกียจคร้านในกิจการทั้งปวง

เฉพาะข้อแรก **จัดการงานดี** ข้อ [๔] **รักษาทรัพย์ที่สามีทำมาหาได้** และข้อ [๕] **ขยันขันแข็งไม่เกียจคร้านในกิจการงานทั้งปวง** เป็นข้อปฏิบัติที่เป็นไปด้วยกัน คือ ภรรยาพึงจัดกิจการงานภายในครอบครัวให้สะอาดเรียบร้อย ด้วยความขยันขันแข็ง ไม่เกียจคร้าน มีการตื่นก่อน นอนทีหลังสามี เป็นต้น

อนึ่ง เมื่อสามีมอบความเป็นใหญ่ในความเป็นแม่บ้านแม่เรือนให้ ซึ่งอาจรวมถึงการไว้วางใจให้

ดูแลการเงินที่ทำมาหาได้ และทรัพย์สินของครอบครัว ดังนี้แล้ว ภรรยาก็พึงรู้จักรักษาทรัพย์ที่สามีทำมาหาได้ไว้ด้วยดี คือต้องรู้จักประหยัดและอดออม รู้จักจัดงบประมาณรายจ่ายให้พอเหมาะกับรายได้หรือฐานะของครอบครัวไม่ให้ฟุ่มเฟือยนัก และก็ไม่ให้แร้นแค้นนัก ไม่ใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่ายเกินตัวเกินฐานะ แบบ "แม่กะเฌอก้นรั่ว" ไม่เกลือกกลั้วอยู่กับอบายมุข อันเป็นปากทางแห่งความฉิบหาย ภรรยาที่ปฏิบัติดีต่อสามีเช่นนี้ ย่อมยังชีวิตครอบครัวให้ถึงความเจริญ มีความอบอุ่นและสงบสุข ได้ดี

ภรรยาที่เกลือกกลั้วอยู่กับอบายมุข เช่น ติดดูการละเล่นจนติดเป็นแม่ยก หรือติดการพนัน พอสามีไปทำงาน ภรรยาก็เอาแต่จับวงเล่นไพ่ เกียจคร้านในกิจการงาน ไม่สนใจการบ้านการเรือน ไม่ดูแลบุตรและบริวารให้ดี ย่อมเป็นที่หนักใจของสามี เป็นเหตุให้สามีไม่ไว้วางใจ และเป็นบ่อเกิดแห่งความแตกร้าวขาดความสงบสุข และอาจกระทบกระเทือนถึงสถานะของครอบครัว ให้เสื่อมทรุดลงได้โดยง่าย

ชีวิตของคนยุคปัจจุบันนี้เปลี่ยนแปลงไปจากสมัยโบราณมาก กล่าวคือ สามี-ภรรยาต้องช่วย

กันทำมาหาเลี้ยงชีพมากยิ่งขึ้น สตรีก็เรียกร้องต้องการสิทธิเท่าเทียมกันกับบุรุษ ในการประกอบการงานในอาชีพ สตรีจึงต้องออกไปทำงานนอกบ้าน และทำงานเช่นเดียวกันกับบุรุษ แต่ต้องแบกภาระหนักกว่าบุรุษ ในเรื่องของการตั้งครรภ์ ประคับประคองครรภ์ คลอดบุตร และเลี้ยงดูบุตรในวัยเด็ก ยิ่งกว่าบุรุษ และยิ่งถ้าสามีขาดการเห็นอกเห็นใจภรรยา ไม่รับผิดชอบช่วยกันดูแลกิจการบ้านเรือนเข้าอีกด้วย ภรรยาจึงย่อมจะตกที่นั่งต้องรับภาระหนักกว่าสามี ทำให้สุขภาพกาย และสุขภาพจิตใจเสื่อมโทรม เลยพลอยเป็นเหตุให้สามีเบื่อหน่าย และอาจประพฤตินอกใจภรรยาเพราะความเห็นแก่ตัวไปเลยก็มี ปัญหาเช่นนี้เป็นเหตุให้ครอบครัวขาดความอบอุ่นและไม่มีความสงบสุขและอาจเป็นเหตุให้ถึงความแตกแยกให้ฝ่ายภรรยาและบุตรต้องประสบกับความทุกข์เดือดร้อนได้

กรณีที่ภรรยาและสามีต้องช่วยกันทำมาหาเลี้ยงชีพ ก็สามารถปรับพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่กล่าวมาแล้วนั้น ใช้ให้เหมาะสมกับชีวิตความเป็นอยู่ของแต่ละครอบครัว ให้สามารถดำเนินไปด้วยความราบรื่น อบอุ่นและสงบสุขได้ กล่าวคือ

สามีและภรรยาควรปรึกษาหารือหรือแบ่งหน้าที่รับผิดชอบกิจการภายในครอบครัวให้เหมาะสม และช่วยกันกระทำกิจการงานภายในครอบครัวให้เรียบร้อยด้วยความขยันขันแข็ง ด้วยความสามัคคีปรองดองและด้วยความเห็นอกเห็นใจกัน ก็จะยังชีวิตภายในครอบครัวให้เกิดความอบอุ่น ความสามัคคีปรองดองและสงบสุขในครอบครัวได้ดี

อนึ่ง แม้ในกรณีที่สามีเป็นผู้ออกไปทำงานอาชีพข้างนอกฝ่ายเดียว เมื่อกลับเข้าบ้าน หรือในวันหยุดสุดสัปดาห์ หากผู้เป็นสามีจะมีน้ำใจช่วยเหลือภรรยาทำกิจการบ้านเรือน ด้วยความเมตตากรุณาธรรมต่อกัน มีความเห็นอกเห็นใจในภรรยาที่ต้องทำงานหนักจุกจิกหลายอย่างแทบตลอดทั้งวัน ก็จะยิ่งเพิ่มความอบอุ่น และความผูกพันซึ่งกันและกัน ให้หนักแน่นมั่งคงยิ่งขึ้นไปอีก และยังเป็นตัวอย่างที่ดีแก่บุตร ให้มีคตินิยมที่ดี คือ **ให้รู้จักมีความรับผิดชอบต่อตนเอง ต่อครอบครัว** และ**ต่อสังคม**โดยส่วนรวม อันจะยังความเจริญและสันติสุขให้เกิดขึ้นภายในสังคมครอบครัวต่อไปดีกว่าการนั่งงอมืองอเท้า คอยแต่รับการปรนนิบัติวัตถากจากภรรยาแต่ถ่ายเดียว

มากมายนัก

อีกประการหนึ่ง คือ **ภรรยาพึงสงเคราะห์คนข้างเคียงของสามีดี** พยายามหลีกเลี่ยงปัญหาข้อขัดแย้งกับคนข้างเคียงของสามี โดยเฉพาะอย่างยิ่งพ่อ-แม่ ญาติ และแม้เพื่อนสนิทของสามี ก็ให้พยายามรักษาน้ำใจท่าน อนุเคราะห์ท่านเหล่านั้นตามสมควรแก่ฐานะและโอกาส ภรรยาบางคนมีจิตใจคับแคบเห็นแก่ตัวจัด และ/หรือมากด้วยมานะทิฏฐิ เอาแต่ใจตัวจนเกิดปัญหาระหว่าง “แม่ผัวกับลูกสะใภ้” คนที่หนักใจ ยุ่งยากใจหรือเป็นทุกข์ใจ ก็คือสามีนั่นเอง ปัญหาเหล่านี้ย่อมบั่นทอนความสงบสุขภายในครอบครัวเป็นอย่างมาก ภรรยาที่ดีจึงพึงทำใจให้กว้างด้วยความเมตตากรุณาธรรม และปฏิบัติต่อคนข้างเคียงสามีให้ดี ครอบครัวจึงจะถึงความสงบสุขได้

อีกประการ ๑ ที่สำคัญ คือ **ไม่ประพฤตินอกใจสามี** ว่าที่จริงก็ต้องประพฤติปฏิบัติดีต่อกันทั้ง ๒ ฝ่าย คือทั้งสามีและภรรยานั่นแหละ พึงมีความสันโดษ และมีความซื่อสัตย์ต่อคู่ครองของตน มีความสำรวมในกาม ไม่ประพฤตินอกใจซึ่งกันและกัน ก็จักยังความภูมิใจ ความอบอุ่นใจ และความสงบสุขแก่

ครอบครัวเป็นอย่างมาก และยังเป็นตัวอย่างที่ดีแก่บุตรหลาน ให้นับถือเอาเป็นเยี่ยงอย่างในการครองเรือนที่ดีมีสันติสุขต่อๆ ไป

กล่าวโดยสรุป หลักธรรม คือ ข้อปฏิบัติในการครองเรือนที่ดี คือที่จะให้ราบรื่น ถึงความเจริญความอบอุ่น และสงบสุขได้ ก็คือ **ทั้งสามีและภรรยาพึงปฏิบัติดีต่อกันทั้งสองฝ่าย ด้วยเมตตากรุณาธรรม มีความเห็นอกเห็นใจกัน** โดยเฉพาะอย่างยิ่ง **ทั้งสองฝ่ายพึงไม่ประพฤตินอกใจซึ่งกัน และกัน**

ฝ่ายสามี (อันภรรยาอนุเคราะห์ปฏิบัติด้วยดีแล้ว) **พึงทำนุบำรุงภรรยาด้วยสถาน ๕** ได้แก่

ด้วยการยกย่องนับถือว่าเป็นภรรยา

ด้วยการไม่ดูหมิ่น

ด้วยการมอบความเป็นใหญ่ให้ และ

ด้วยให้เครื่องแต่งตัว เป็นต้น

ส่วน**ภรรยา** (อันสามีบำรุงดีแล้ว) **ก็พึงอนุเคราะห์สามีด้วยสถาน ๕** ได้แก่

จัดการงานดี

สงเคราะห์คนข้างเคียงสามีดี

รักษาทรัพย์ที่สามีทำมาหาได้ และ

ขยันขันแข็ง ไม่เกียจคร้านในกิจการงานทั้งปวง เป็นต้น

ดังนี้แล้ว เป็นอันมั่นใจได้ว่า การครองเรือนหรือการดำเนินชีวิตครอบครัวจะเป็นไปด้วยความราบรื่น อบอุ่น และสงบสุขแน่นอน

